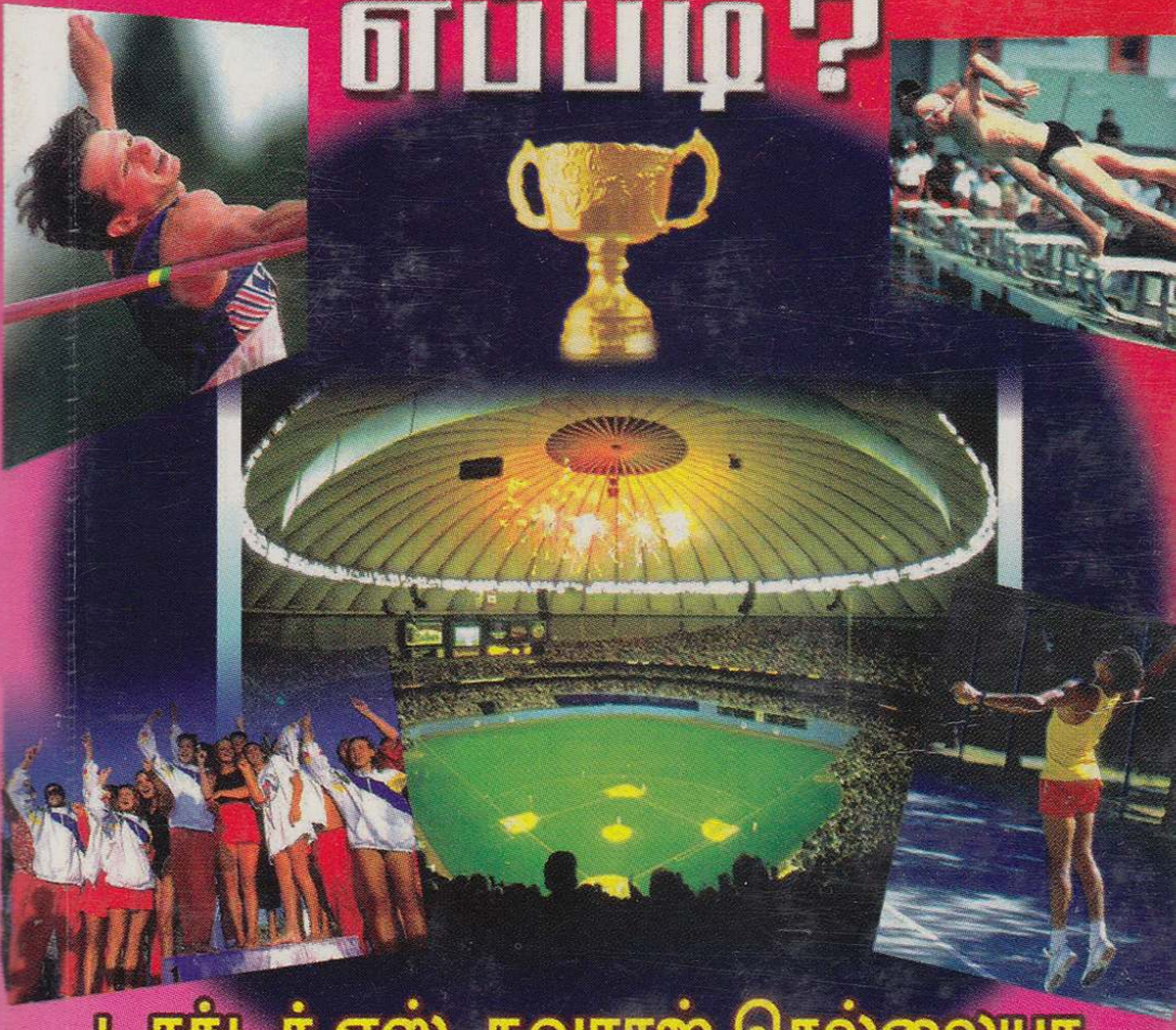
விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?



டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா
M.A., M.P.Ed., Ph.D., D.Litt., D.Ed., FUWAI

விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?

தேசியவிருது பெற்ற நூலாசிரியர்
டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா
M.A., M.P.Ed., Ph.D. D.Lit., D.Ed., FUWAI

எஸ்.எஸ். பப்ளிகேஷன்
எண்.8, போலீஸ் குவார்ட்டர்ஸ் ரோடு,
தி.நகர், சென்னை - 600 017
தொலைபேசி: 24332696

நூல் விபர அட்டவணை

நூலின் தலைப்பு	விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?
மொழி	தமிழ்
ஆசிரியர்	டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா
பதிப்பு	டிசம்பர் 2007
பக்கங்கள்	144
நூல் அளவு	கிரவுன்
எழுத்து	12 புள்ளிகள்
தாள்	வெள்ளைத்தாள்
ஒளி அச்சு	குட்வில் கம்ப்யூட்டர்ஸ் சென்னை - 17 (☎: 9444006583)

விலை : ரூ. 50/-

தயாரிப்பு	ஆர். ஆடம் சாக்ரட்டீஸ்
வெளியீடு	எஸ்.எஸ். பப்ளிகேஷன் 8, போலீஸ் குவார்ட்டர்ஸ் ரோடு, தி.நகர், சென்னை - 17.
அச்சிட்டோர்	KVR பிரிண்டர்ஸ் சென்னை - 94.

முன்னுரை

காலத்தால் பழமையும், தான் கொண்ட கோலத்தால் இளமையும் கொண்டு விளங்குவது விளையாட்டாகும்.

மனித இனத்துடனே பிறந்து, மனித இனத்துடனே வளர்ந்து, மனித இனத்தையே தொடர்ந்து துணையாகவும், துன்பத்திற்கு அணையாகவும் இருந்து, இன்ப உலகின் ஏற்றுமிகு விடிவெள்ளியாய் திகழ்கின்றது. விளையாட்டே யாகும்.

அருமையான உடல் வளத்திற்கும், திறமையான மன நலத்திற்கும் இனிய வாய்ப்பளித்து, வழியமைத்து விளை யாட்டுக்கள் பணியாற்றுகின்றன.

அக்கால மக்கள் விளையாட்டுக்களை நம்பினர். ஆர்வமுடன் விளையாண்டனர். ஆனந்தமான வாழ்க்கையில் இந்த உலகைக் கண்டனர். அனுபவித்தனர்.

காலம் மாறிக்கொண்டே வந்தது மக்கள் உடலை மறக்கத் தொடங்கினர். உடையும், உணவும், உல்லாச உணர்வும் உள்ளத்தை வளைத்துக் கொண்டன. சோம்பல் சிம்மாசனம் ஏறி சிருங்கார ரசத்துடன் ஆளத் தொடங்கியது.

விளையாட்டுக்கள் மனித இனத்திலிருந்தே மெது வாக விலகிக் கொள்வது போல, விடைபெற்றுக் கொள்ளத் தொடங்கிவிட்டன. 'ஆமாம்! விளையாட்டை விளையாடு வது பாபம்' என்ற ஓர் நினைவு மக்களிடையே எழத் தொடங்கியது.

'விளையாட்டை விளையாடுவது கேவலம்' என்ற ஓர் நிலையும் உருவாகத் தொடங்கியது. இறுதியில், விளை யாடாத மனித இனம், நோயிலும் நொந்துபோன நிலையிலும் வதியத் தொடங்கியது.

இன்று, உலக மக்களிடையே ஓர் ஒப்பற்ற விழிப் புணர்ச்சி தோன்றியிருக்கிறது.

"மனித இனத்தை வாழ வைக்கின்ற சக்தியும், மனித இனத்தை ஒற்றுமைபடுத்துகின்ற ஆற்றலும், மனித இனத்தை நோயினின்றும் சோம்பலினின்றும் காக்கின்ற வல்லமையும் விளையாட்டுக்களிடம்தான் வீறு கொண்டு விளங்குகின்றன" என்று உலகம் உணரத் தொடங்கியிருக்கின்றது.

அதனால்தான் புதிய ஒலிம்பிக் பந்தயம் பிறந்தது. உல கெங்கும் விளையாட்டு விழாக்கள் விமரிசையாக நடத்தப் பெற்றன. வீரர்களும் வீராங்கனைகளும் வீரமுடன் வந்து கலந்து கொண்டனர். 'யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்', 'எல்லோரும் ஒன்றே குலந்தான்' என்ற தமிழ்ப் பண்பாட்டை விளையாட்டுலகம் நிரூபித்துக் காட்டிவிட்டது.

இந்திய நாடு விளையாட்டுக்களில் இருந்த நிலையிலே இருக்கிறதா, எழுச்சி பெற்றிருக்கிறதா என்ற கேள்வியைக் கேட்டால், இப்பொழுதுதான் உறக்கத்திலிருந்து விழித்துக் கொண்டிருக்கிறது என்றுதான் கூற முடியுமே தவிர வேறென்ன கூறமுடியும்?

மக்கள் தொகையிலே உலகைக் கவர்ந்திழுக்கின்ற நமது தாயகம், மாபெறும் உடலாண்மைப் போட்டிகளிலே எந்த நிலைமையில் என்று கேட்டால். தலையைக் கவிழ்த்துக் கொள்ளத்தான் வேண்டியிருக்கிறது.

அந்த நிலை மாற வேண்டும், விளையாட்டு விழாக்கள் நாடெங்கும் விமரிசையாக நடத்தப் பெற வேண்டும் வீடெங் கும் பெருகி, உலகெங்கும் புகழைப் பரப்ப வேண்டும்.

இந்து ஆவல் நிறைவேறினால், பாரதம் இன்னும் ஆன்ற புகழில் திளைக்கும். புண்ணிய நாட்டின் மேன்மையும், பழமை காலப் பெரும் புகழும் நிலைக்கும்.

விளையாட்டு விழாக்கள் நாடெங்கும் பெருகட்டும்! வீரர்கள் கூட்டம் உருவாகட்டும்! தங்கப் பதக்கங்களை வென்று வந்து, நமது தாயகத்திற்குப் புகழ் சேர்க்கட்டும்.

விளையாட்டு விழாக்களினால்தான் இதுபோன்ற இனிய சூழ்நிலையை உருவாக்க முடியும் என்ற என் எண்ணத்தின் விளைவே இந்நூல்.

விளையாட்டுத் துறையில் தமிழிலக்கிய நூலாக வருகின்ற இந்நூல், எனது பத்தாவது படைப்பாகும்.

அறிஞருலகும், பொதுமக்களும், இதுகாறும் எனக்கு ஆதரவு தந்து ஆர்வமூட்டியது போலவே, இந்த நூலையும் ஏற்று உற்சாகம் தர வேண்டுகிறேன்.

நான்காம் பதிப்பாக இந்நூல் மலர்கிறது.

உரிய நேரத்தில் நூல் வெளிவர உதவிய நண்பர் திரு. எம். எஸ். மணி,.திரு. சு. சாக்ரட்டீஸ் அனைவருக்கும் என் நன்றி.

ஞானமலர் இல்லம் **எஸ். நவராஜ் செல்லையா**

சென்னை - 17

1972 ஜூன், 1974 ஜூலை, 1976 ஜூன், 1978 ஜனவரி என்று பலபதிப்புகள் வெளிவந்து தற்போது நீண்ட இடைவெளிக்குப் பிறகு ஐந்தாம் பதிப்பில் காலத்திற்கேற்ற சில திருத்தங்களுடன் எங்கள் எஸ். எஸ். பப்ளிகேஷன் வாயிலாக வெளியிடுகிறோம்.

1978ல் வெளிவந்த ஆசிரியரின் முன்னுரை அப்படியே இங்கு இடம் பெற்றுள்ளது.

பதிப்பாளர்

படைப்பு

விளையாட்டு உலகில் எனக்கு வழிகாட்டியாக
விளங்கிய என் அன்பு சகோதரர்

T. டென்னிசன் B.A. D.P.E.

அவர்களுக்கு

- நவன்

பொருளடக்கம்

1. விழாவின் அருமையும் பெருமையும் 7
2. விழாக் குழுவும் வேலை முறைகளும் 13
3. அதிகாரிகளும் அவரது கடமைகளும். 54
4. போட்டிகளை நடத்தும் முறைகள் 77
5. விழா நாளும் வேண்டிய பொருளும் 117

❑ ❑ ❑

1. விழாவின் அருமையும் பெருமையும்

உடலை உயிராகக் காக்கின்ற கல்வி; உடலின் மூலமே உடலுக்காகப் பயிற்சி தருகின்ற கல்வி; 'உலக வாழ்விலே உயர்வுகாண உடலைப் பாதுகாத்தால் தான் முடியும்' என்ற உயர்ந்த கருத்தை உலகுக்கு உணர்த்திடும் கல்வி; 'உடலைக் காப்பது ஒரு ஒப்பற்றக் கலை! உடலை வளர்ப்பது ஒரு பேரின்ப நிலை' என்ற உண்மையை உள்ளத்தில் படுமாறு செயல் படும் கல்விதான் 'உடலியற் கல்வி'யாகும் (Pnysical Education).

வழிகள் எத்தனையோ இருந்தாலும், வாழ்க் கையை மகிழ்ச்சிக் கடலில் ஆழ்த்துவது விளையாட்டுக் களே! எனவேதான், விளையாட்டை எல்லோரும் விரும்பி ஆடுகின்றனர். விரும்பி வேடிக்கைப் பார்க்கின்றனர். விரும்பிப் பேசி மகிழ்கின்றனர்.

விளையாட்டுக்கள் பலவிதம் என்றாலும், அவைகளிலே உன்னதமான இடத்தை, ஒப்பற்ற நிலையை வகிப்பது **'உடலாண்மை நிகழ்ச்சியே'** (Athletic Events). உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகள் என்று ஏன் கூறுகிறோம் என்றால், உடலுக்குத் தேவை ஆண்மை,

ஆற்றல், வலிமை, திறமை, மேற்கூறிய அத்தனைத் திறமை களையும் உடலுக்குத் தந்து, உடலுக்கு வளர்ச்சியும் ஈந்து, உள்ளத்திற்கு உணர்ச்சியும் எழுச்சியும் இப் போட்டி நிகழ்ச்சிகள் தருவதால்தான் உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகள் என்று இவற்றைக் கூறுகின்றோம்.

உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகளில் உவப்புடன் வந்து பங்கேற்கும் வீரர்களை **'உடலாளர்'** என்றே அழைப்போம். ஏனெனில், உடலை அந்த வீரர் தன் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வந்து ஆள்கிறார். பேச்சை ஆள்பவரை 'பேச்சாளர்' என்கிறோம். வாக்கை ஆள்பவரை வாக்காளர் என்கிறோம். அது போலவே, உடலை அற்புதமாகக் கட்டுப்படுத்தி, தன் வயப்படுத்தி, தன் ஆளுகைக்கு உட்படுத்தி, செயற்கரிய அரும்பெரும் செயல்களைச் செய்வதால் தான், ஓட்டப் பந்தயத்திலும், தாண்டும் அல்லது எறியும் போட்டிகளிலும் பங்கு பெறுகின்ற வலிமை மிக்க வீரர்களையெல்லாம் **'உடலாளர்'** (Athlete) என்று அழைக்கிறோம்.

உடலியற் கல்வித் துறையிலே அடலேறு போல் விளங்குவது உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகளே. அதுவும், இளைஞர்கள் இதய பீடத்திலே எழிலுடனும் ஏற்ற முடனும் ஆட்சி செய்வது இந்த நிகழ்ச்சிகளே. இளமையின் சக்திக்கு ஈடுகொடுப்பது; தனி மனிதன் திறமைக்கு வாய்ப்பளிப்பது; துணிவான வாழ்க் கைக்குத் துணை நிற்பது; கனிவான புகழுக்குக் கைகொடுத்துக் காப்பது; வீரத்திற்கும் விவேகத்திற்கும் விருந்தளிப்பது உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகளே.

இத்தகைய சிறப்பு மிக்க நிகழ்ச்சிகளை நடத்து வதைத்தான் விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி என்ற தலைப்புடன் விவரித்திருக்கிறோம்.

விளையாட்டு விழா என்பது வெறும் வேடிக்கைக் காட்டும் பொழுது போக்கல்ல; பலர் கூடி வாயளக்கும் வம்பு மடமுமல்ல; **விரைக உயர்க, வலிமை பெறுக** (Faster, Higher, Stronger) என்ற குறிக்கோளை நிறைவேற்ற வந்த நிறைகுணங்கொண்ட நற்றுணை இது.

மனிதனுக்கு அமைந்த குணங்களில் ஓடுதல், நடத்தல், தாண்டுதல், எறிதல் போன்றவை தலையாய குணங்களாகும். இந்தக் குணங்களை வளர்க்க உதவுவது, செழிக்க உதவுவது, சிறப்புப் பணி செய்ய உதவுவது இவ்விளையாட்டு விழாக்களே.

இது போன்ற விளையாட்டு விழாக்களை நடத்துவது எல்லோரும் நினைப்பதுபோல, மிகவும் எளிதான காரியமல்ல. போகிற போக்கிலே நடத்தி விடலாம் என்ற வாய்ப் பேச்சுக்கு இதிலே வழியே யில்லை. வெறும் வீராப்புப் பேசி வருவோர், இறுதியிலே முகத்திலே கரியைப் பூசிக்கொண்டுதான் போவார். ஏனென்றால் இவ்விழா நடத்த எடுத்துக் கொள்ளும் முயற்சிகளுக்கு இதோ இந்த சான்றைப் படியுங்கள்.

ஒரு செயல் கடினமானது என்று குறிக்க, ‘வீட்டைக் கட்டிப் பாருங்கள், கல்யாணம் செய்து பாருங்கள்’ என்று கூறுவார்கள். இந்த காரியங்கள்

எவ்வளவு கடினம் என்று ஈடுபட்டவருக்கு நன்றாகத் தெரியும். இந்த இரண்டையும்விட கடினமானது இன்னொன்று இருக்கிறது. அதுதான் 'நாடகத்தை நடத்திப் பார்' என்பது. ஒரு நாடகத்தை வெற்றி கரமாக நடத்திவிட்டால், இரண்டு கல்யாணம் பண்ணியதற்குச் சமம், 'நான்கு வீடு கட்டியதற்கு இணை' என்பார்கள்.

இந்த மூன்றும் சேர்ந்தால்கூட கடினத்திற்கு ஈடாகாது. எதற்கு? விளையாட்டு விழா நடத்து வதற்குத்தான். ஆமாம்! விளையாட்டு விழா என்பது, நடத்த வேண்டும் என்று நினைத்தவுடனேயே நம்மையே விளையாடத் தொடங்கிவிடும். நடத்தி முடிப்பதற்குள் எத்தனை எத்தனை சிக்கல்களை விளைவித்துவிடும் என்பதை சொல்லித்தான் விளக்க வேண்டுமென்பதில்லை. ஈடுபட்டவர்களுக்கும் பாடு பட்டவர்களுக்குமே அதன் விவரம் புரியும்.

பார்ப்பதற்கு அழகாகத் தெரியும் நூல் கண்டு, கொஞ்சம் தவறி சிக்குண்டுவிட்டால் எப்படி இருக்கும்? கைதவறிப் போனால், கண்மூடித் திறப் பதற்குள் சிக்கிக் கொள்ளும். சிக்கெடுக்கப் போகின்ற வர்களும் சிக்கிக்கொள்வார். திக்கித் தவிப்பார்.

இதே நிலைதான் விளையாட்டு விழாவிலும், காண்பதற்குக் கவர்ச்சியாகத் தோன்றுகின்ற விழா, குதித்துக் குதித்துக் கம்பீரமாக ஓடும் பந்தயக் குதிரை போலத்தான் தெரியும். குதிரைக்கு கிறுக்குப் பிடித்தால்? அதே போல்தான் விளையாட்டு விழா விலே குறுக்கு நெடுக்காக செயல்கள் நடந்தால்?

எப்படி நடக்கும் என்று நாம் கேட்கவே வேண்டியதில்லை. அது நடந்தேதான் தீரும்.

விளையாட்டு விழாவை இளமை விளையாடும் மேடை என்கிறோம். போட்டியில் பங்கு பெறுகின்ற பருவத் துடிப்புள்ள காளையர்கள், அவர்களது அரிய இளமைக்கு அணையாகவும் முனையாகவும் இருந்து, காட்டாற்று வெள்ளத்தைக் கரைகட்டிக் கழனிக்குப் பாய்ச்சுவது போலப் பணியாற்றும் பயிற்சியாளர்கள்; பந்தயம் நடத்தும் அதிகாரிகள்; பார்த்து மகிழ வந்த பார்வையாளர்கள்.

மேலே கூறிய நான்கு வகையினருமே ஆர்வத் துடனும், நெஞ்சம் முழுமையும் ஈடுபடுத்திப் பணி புரிகின்ற இடமே விளையாட்டு விழா. போட்டி யாளர்கள் வெற்றி பெறுவதிலேயே குறியாக இருப்பார்கள். போட்டியாளர்களின் தலைவர்கள், பிறரை வெற்றிபெற விடாமல் தங்களது ஆட்களை எவ்வாறு வெற்றிபெற வைக்கலாம் என்பதிலேயே கண்ணுங் கருத்துமாக இருப்பார்கள்.

நோக்கத்திலே நுணுக்கம் தோன்றியவுடன், செயலிலே வேகம் இருக்குமல்லவா! வேகமாகச் செயல்படும்போது, அதற்குரிய விழாவில், தேவை யான அனைத்தும் தயாராக இருந்தால்தான், திறமை யான ஆக்கப்பணி முழுமை பெறும்.

இல்லையேல், அரைகுறையாக வெந்த சோறு எப்படி பசி தீர்க்கப் பயன்படாதோ, அதுபோலவே அரைகுறை செயலாக்கமும் ஆக்கவேலைக்கும், அனைத்து வெற்றிக்கும் துணைவராது.

எனவேதான், திட்டமிடப்பட்ட செயல்முறை வேண்டும் என்கிறார்கள். எதற்கும் வேண்டா மென்றாலும் விளையாட்டு விழாவுக்கு அவசியம் வேண்டுமென்பதில் சிறிதும் சந்தேகம் கிடையாது.

அதற்கானத் திட்டங்களையும், தேவைகளையும், துணைதரும் செயல் வழிகளையும், விதிமுறைகளையும் இனி காண்போம்.

2. விழாக் குழுவும் வேலை முறைகளும்

விளையாட்டுப் போட்டியை வெற்றிகரமாக நடத்தி முடிக்கின்ற பெரும் பொறுப்பினை விழாக் குழுவே ஏற்றுக் கொள்கிறது. விழாக் குழுவினர் என்பவர்கள் விழா நடத்துகின்ற நிறுவனங்களி லிருந்து வரும் அங்கத்தினர்களேயாவர்.

பள்ளியிலே நடைபெறுகின்ற விளையாட்டு விழா நிகழ்ச்சிக் குழுவில், ஆசிரியர்கள் அனைவருமே ஆர்வத்துடன் பங்கேற்கின்றனர். பணியாற்றுகின்றனர். பரபரப்புடன் செயல்பட்டு, விழாவின் வெற்றிக்கு முக்கிய காரண கர்த்தாக்களாகின்றனர்.

தனிப்பட்ட பள்ளியைப் போலவே, பள்ளிகளுக் கிடையே நடைபெறுகின்ற உடலாண்மைப் போட்டி நிகழ்ச்சிகளின் விளையாட்டு விழாவினை நடத்து கின்ற பொறுப்பை, ஒவ்வொரு பள்ளியிலிருந்தும் பிரதிநிதியாக வரும் ஆசிரியர்கள் (உடற் கல்வி ஆசிரியர்கள்) அனைவரும் சேர்ந்தே ஏற்றுக்கொள் கின்றனர். ஆகவே அதுவே விழாக் குழுவாகும்.

பள்ளிகளுக்கிடையே நடக்கின்ற விழா போல் தான் கல்லூரிகளுக்கிடையிலும், தொழிற்சாலைகளுக்

கிடையிலும், வட்டங்களுக்கிடையேயும், மாவட்டம், மாநிலம் என்ற அளவிலும் நடைபெறும்.

எனவே, பள்ளியில் நடைபெறுகின்ற விழா என்றே கூறுவதால், இனி கூறப்போகின்ற விதிகள், வழிமுறைகள் அனைத்தும், எல்லா வகையினரும் நடத்துகின்ற விளையாட்டு விழாவுக்கும் பொருந்தும்.

பள்ளியில் நடைபெறுகின்ற விளையாட்டு விழாவினை ஆசிரியர்கள், தலைமை ஆசிரியர், உடற்கல்வி ஆசிரியர்கள் எல்லோரும் ஒன்றுகூடி, 'பொதுக்குழு' அல்லது 'விளையாட்டு விழாக் குழு' என அமைக்கின்றனர். இந்தப் பொதுக் குழுவே விழா வெற்றிகரமாக நடைபெறத் திட்டமிடுகிறது, தீர்மானிக்கிறது, செயல்படுகிறது.

பொறுப்பேற்றப் பொதுக்குழு (Games Committee), தனது அங்கத்தினர்களைப் பல குழுக்களாகப் பிரித்து செயல்படத் தூண்டுகிறது. விளம்பரக் குழு; பந்தயத்திடல் பராமரிப்புக் குழு; பார்வையாளர் களுக்கென இடவசதிக் குழு; அதிகாரிகளை நியமிக் கும் குழு; நிகழ்ச்சி நிரல் தயாரிக்கும் குழு எனப் பிரிந்து தனித் தனியாகத் தமக்கென பகுக்கப்பட்டிருக்கும் பணியினை செவ்வையாகச் செய்யத் தொடங்கும்.

இது போன்ற குழுக்களை அமைத்து, அங்கத் தினர்களை செயல்படத் தூண்டும் நோக்கம், 'எல்லா காரியங்களையும் எல்லோரும் செய்யலாம்' என்ற முறையிலே போனால், 'சமையற்காரர் பலர் சேர்ந்து சாப்பாட்டைக் கெடுத்தக் கதை' போல, அரை குறையாகவோ அல்லது ஆரம்பிக்கப்படாமலோ

நின்று விடவும்; யார் எதைச் செய்வது என்ற நிலை புரியாமலே, எல்லோரும் செயலற்றுப் போகவும் காரணமாகி விடும் என்பதற்காகவே, பொறுப்பைக் கொடுத்து, அவர்களை சுறுசுறுப்புடனும் தன்னம்பிக்கையுடனும் ஆக்க வேலைகளை அழகாகச் செய்து முடிக்கத் தூண்டுவதேயாகும்.

ஒவ்வொருவரும் தங்களது வீட்டுக் காரியத்தைப் போலவே, பொறுப்புடனும் கடமையுடனும் மனப் பூர்வமாக ஈடுபட்டால்தான், விழா வெற்றி பெறும்.

பொதுக்குழுவின் பணி (Games Committee)

விளையாட்டு விழாவினை நடத்துகின்ற தேதியை முதலில் தெரிந்து; விழாவை (தங்களுக்கென்று ஆடுகளம் Play ground) இருந்தாலும் அதிலே வைத்துக் கொள்ளலாம்) எந்த ஆடுகளத்தில் வைப்பது என் பதை தேர்ந்தெடுத்து பந்தய நாளில் நடத்துகின்ற உடலாண்மைப் போட்டி விதி முறைகளையும் அமைத்து, அங்கத்தினர்களைப் பல குழுக்களாகப் பிரித்து பொதுக் குழு தன் விழாப் பணியைத் தொடங்கி வைக்கிறது.

1. விளம்பரக் குழு (Publicity Commitee)

விழா பற்றிய செய்தியனைத்தையும் பொது மக்களுக்கும், போட்டியில் கலந்து கொள்ளவிருக் கின்ற சம்பந்தப்பட்ட (பள்ளிகள், கல்லூரிகள், நிறு வனங்களில் உள்ள) உடலாளர்களுக்கும் அறிவிக்கின்ற பொறுப்பு விளம்பரக் குழுவைச் சேர்ந்ததாகும்.

விழாச் செய்தியினை அன்றாட செய்தித் தாள்களின் மூலம் வெளியிடலாம்.

தங்களது நோக்கத்யையும் குறிக்கோளையும் அழகாக அச்சிட்டு, அந்தப் பிரதிகளைக் குறிப்பிட்டவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கலாம்.

அவ்வாறு அனுப்பும்பொழுது, அச்சிடுகின்ற முறையில் ஒரு சிலவற்றை ஆராய்ந்து அனுசரிக்க வேண்டும்.

விழா நடக்கும் நாள், நடைபெறும் இடம், விழாவை நடத்த இருப்போரின் முகவரி, அவர்கள் நடத்த இருக்கின்ற பந்தய விழாவில் உள்ள முக்கியமான போட்டி நிகழ்ச்சிகள், போட்டியிலே கலந்து கொள்வோருக்குரிய தகுதிகள், விதி முறைகள், வெற்றி பெறுதற்கான 'வெற்றி' எண் முறைகள் (Points) வெற்றி பெறுவோருக்குத் தரக்கூடிய பரிசுகள்.

மேலே கூறிய விவரங்கள் அனைத்தையும் தெளிவாகவும், எந்தவித ஐயத்திற்கும் இடமின்றியும் அழகாக அச்சிட்டு, விழா நடக்க இருக்கும் பல நாட்களுக்கு முன்னதாகவே, முறையோடு உரியவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்க வேண்டும்.

முன்கூட்டியே விழாக் குழுவின் நோக்கத்தை அறிவித்த பிறகு, சேதி அறிந்த (பள்ளிகள்) நிறுவனங்கள் தங்களது பங்கு கொள்கின்ற விருப்பத்தை அறிவிக்கும்.

விருப்பத்தைத் தெரிவித்த நிறுவனங்களுக்கு, அதன் சார்பாக போட்டியிடும் போட்டியாளர்களான

உடலாளர்களின் பெயர்களைப் பதிவு செய்து வைக்கின்ற 'பதிவுத் தாள்களை' (Entry Forms) அனுப்பி வைக்க வேண்டும்.

அந்த முறையான பதிவுத் தாளில், போட்டிக் குரிய நிகழ்ச்சிகளையும், அவைகளில் பங்கேற்கின்ற உடலாளர்களின் பட்டியலையும் பதிவு செய்வதற் கேற்ற வகையில் இடமிருப்பது போலவும், அதன்கீழ் (நிறுவனத்தின் தலைவர்) தலைமை ஆசிரியர் கையொப்பம் இடுவதற்கு ஏற்ற வகையில் இடவசதி அமைந்திருப்பது போலவும் பதிவுத் தாள் இருக்க வேண்டும்.

இவ்வளவு விவரங்களையும், குறிப்புகளையும் தந்தால் மட்டும் போதாது. **முடிந்தவரையில் விழா நடத்துகின்ற நாளுக்கு ஒரு வாரத்திற்கு முன்ன தாகவே பெயர்ப் பட்டியலை அனுப்பி வைக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கின்றோம்** என்ற வேண்டுகோள் குறிப்பையும் எழுதி அனுப்புவது சிறந்த முறையாகும்.

அதற்கான காரணமும் உண்டு. ஒரு வாரத்திற்கு முன்னதாகவே பல இடங்களிலிருந்தும் பட்டியல்கள் வந்தால்தான், வெளியிலிருந்து வருகின்ற பதிவுத் தாள்களில் அடங்கியுள்ள விவரங்களைப் படித்து ஒப்பிட்டுச் சரிபார்த்து வைக்க ஏதுவாக இருக்கும்.

ஓட்டப் பந்தயங்கள், மற்றும் ஏனைய நிகழ்ச்சி களுக்கும் உரிய போட்டியாளர்களின் பெயர்களைத் தொகுத்து எழுதவும்; ஓட்டப் பந்தயங்களுக்கான 'ஓட்ட வரிசை அமைப்பை' (Heat) சரிபடுத்தி

எழுதவும்; அதைப் பிழையின்றி அச்சிட்டு, உரிய வகையில் பங்கேற்கின்ற நிறுவனங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கவும் போன்ற காரியங்களைக் கணக்காகக் கவனித்துக் கொள்கின்ற அவகாசம் இருக்கும்.

ஆகவேதான், முன்கூட்டியே, 'தாமதப்படுத் தாமல், பெயர்ப் பட்டியலை உரிய முறையில் அனுப்பி வைக்க வேண்டும்' என்று எழுதி அனுப்புதல் வேண் டும்.

2. பந்தயத் திடல் பராமரிக்கும் குழு
(Grounds Committee)

விளம்பர வேலைகளும், விழாவில் பங்கேற் கின்ற உடலாளர்களின் பட்டியலை வரவேற்றுத் தொகுத்துக் கொண்டிருக்கின்ற குழுவினரின் பணிகள் ஒருபுறமும் தொடர்ந்து நடந்து கொண்டிருக்கும் போது, மறுபுறம் பந்தயத் திடல் பராமரிப்புக் குழுவின் பணி, மைதானத்தை செழுமைப்படுத்திக் கொண் டிருக்க வேண்டும்.

பொதுக்குழுவின் பணியானது, பந்தயம் நடத்து கின்ற மைதானத்தைக் குறிப்பிட்டு இடத்தைக் காட்டிவிடும். விழா நடத்துகின்றவர்களுக்கே சொந்த மாகப் பந்தயத் திடல் இருந்துவிட்டால் கவலையில்லை.

அது வேறொரு நிறுவனத்திற்குச் சொந்தமாக இருந்துவிட்டால் என்ன செய்வது? அங்கேதான் குழுவின் கடமை தொடங்குகிறது.

வேறு ஒரு நிறுவனத்திற்கு உரிமையுள்ளதாக மைதானம் இருந்தால், அதை முன்கூட்டியே உரிமை

யாளரிடம் முறையுடன் அணுகிக் கேட்டு, விழா நடத்துகின்ற அனுமதியைப் பெற வேண்டும்.

அதற்கும் அனுமதி கிடைத்து விட்டால், அவர்களிடம் அந்த அனுமதியை எழுத்து மூலமாகக் கேட்டு எழுதிப் பெற்றுக்கொள்ளுவது நல்லது. அது பின்னால் வர இருக்கும் பல குழப்பங்களையும், இடைஞ்சல்களையும் தடுத்து நிறுத்துவதற்குக் காப்பாக இருக்கும்.

இவ்வாறு அனுமதி பெற்றவுடன், பந்தயத் திடலை எவ்வாறு பராமரித்து, திடலைத் தயாராக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதைத் திட்டமிட்டுத்தான் செயல்பட வேண்டும்.

பந்தய விழாவிற்குப் பந்தயத் திடல்தானே மிக முக்கியம். அதை அற்புதமான முறையிலே கோடிட்டு அளவிட்டு, நிகழ்ச்சிகள் சரளமாக நடைபெறும் வண்ணம் தயாராக வைத்திருப்பதுதான் திட்டமிடுதலின் முக்கிய நோக்கமாகும். இந்தக் கருத்தை விழாக் குழுவினர் மனதில் நன்கு பதிய வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

விழாவின் வெற்றியும், தோல்வியும் மைதானத்தைத் தயாராக வைத்திருக்கும் மகிமையில்தான் அமைந்திருக்கிறது.

வருகின்ற பார்வையாளர்களையும், விளையாட்டு ரசிகர்களையும் வசப்படுத்தி, உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகளிலே மனதை மாற்றாமல் உணர்ச்சியோடு ஈடுபடுத்த வேண்டுமானால், உடலாளர்களும் உள்ளம்

விரும்பி ஒரே ஆர்வத்தோடு போட்டிகளில் தங்கள் முழுத் திறனைக் காட்டிப் பங்கு பெற வேண்டு மானால், பந்தயத் திடலானது விழவின் போட்டிக்குத் தேவையான சாதனங்களோடு, பரிபூரணமாக அமைந்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான், விழா நாம் எண்ணிய படி எல்லாம் நடக்கும். வெற்றியைக் கொடுக்கும்.

ஓடும் போட்டிகளுக்கான குறிப்புகள்

கிடைத்திருக்கும் பந்தயத் திடலில், 400 மீட்டர் சுற்றளவுள்ள பந்தயப்பாதை (Track) அமைக்க முடிந்தாலும் சரி, அல்லது 200 மீட்டர் உள்ள 'ஓடும் பாதை' கிடைத்தாலும் சரி, அதைக் கணக்காவும் ஒழுங்காகவும் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

400 மீட்டர் உள்ள பந்தயப் பாதை அமைந்த திடல்தான் சிறந்த போட்டியை நடத்தும் தரமான 'ஓடுகளமாக' அமையும் என்றாலும், நமக்குக் கிடைத்திருக்கின்ற இடத்திற்கு ஏற்பத்தானே காரி யம் ஆற்ற முடியும்? இல்லாததற்காக ஏங்கிக் கொண் டிருந்தால் காரியம் நடந்தாக வேண்டுமே!

பந்தயப் பாதை (Track) என்பது நேராக உள்ள 2 நீளப் பகுதியும், 2 வளைவுள்ள (Curve) வட்டப் பகுதிகளும் அமைந்ததாகும். இதை, மைதானம் கிடைக்கின்ற பரப்பளவை வைத்துக் கொண்டுதான் நீள அகலத்தை நிர்ணயிக்க முடியும்.

பந்தயப்பாதை அமைக்கின்ற இடத்தை சமதள மாக இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

மேடுபள்ளம் இருந்தால், விரைவாக ஓடும் வீரர்களின் கால் தடுமாறவும், கணுக்கால் பிசகிக் கொள்ளவும் கூடும். ஆகவே, முடிந்தவரை மேடுபள்ளம் இல்லாத சமதரையாகப் பார்த்து ஓடும் பாதையை அமைப்பது நல்லது.

நேராக உள்ள நீளப் பகுதிகள் (Straight) எப் பொழுதும் வடக்குத் தெற்குத் திசை பார்த்து இருப் பது போல அமையவேண்டும். அவ்வாறு அமை வது ஓடுவோருக்கும் மற்றவர்களுக்கும் சூரியனை நேருக்கு நேர் நோக்கிக் கண் கூசுகின்ற சிரமத்தைக் கொடுக்காமல் இருக்கும்.

பந்தயப்பாதை அமைகின்ற தரையானது (Ground) அதிகப் பாறைப் பகுதியாக இருந்தாலும், கடினமான கட்டாந்தரையாக இருந்தாலும், பற்றிப் படர்ந்திருக்கும் பசும்புல் தரையாக இருந்தாலும், பங்குபெறுவோரின் கால்களுக்கு வலியை உண்டாக்கி விடும். புல்லில் கால் சிக்கிக் கொள்ளவும் கூடும்.

மென்மையான தரைப்பகுதியாகவோ, மணற் பகுதியாகவோ இருந்தால், ஓடுவோர் கால்கள் பதிவதால் நிகழ்ச்சிகளில் ஏற்படக்கூடிய 'வெற்றிச் சாதனை' (Record) குறைகின்ற சூழ்நிலையும் தோன்றும்.

பந்தயப் பாதையின் உள் அளவுள்ள கோடானது 2 அங்குலம். உயரத்தில் இருப்பதுபோல, ஏதாவது சிமிண்டினாலோ அல்லது மரக்கட்டையினாலோ, அல்லது முடிந்தால் நூல் கயிற்றினாலோ கட்டி

வைத்திருப்பது நல்லது. அப்பொழுதுதான் ஓடி வருவோருக்குப் பந்தயப் பாதையின் உள் அளவு தெளிவாகத் தெரியும்.

பந்தயப் பாதையை அளந்து காரியம் ஆற்றும் போது, பயன்படுத்தும் அளவை நாடா (Tape) துணியினால் செய்யப்பட்டிருந்தால், இழுத்து அளக்கும் போது நீளும் தன்மை ஏற்படும். அதனால் அளவில் மாற்றம் நிகழ வாய்ப்புண்டு. ஆகவே, தகட்டால் ஆன (Steel tape) அளவை நாடாவையே பயன்படுத்துதல் நல்லது.

இவ்வாறு அளந்து கட்டுகின்ற பந்தயப் பாதையின் உட்கோட்டை முன் கூறியவாறு அமைப்பதோடு, இன்னொரு காரியமும் செய்தால் எழிலாகவும் இருக்கும். தவறு நடக்காமல் தடுக்கவும் முடியும். 18 அங்குலம் உயரக் குச்சியில் 10"X8" அளவுள்ள கொடியினை மாட்டி, பந்தயப் பாதையின் உட்கோட்டில் 10 கெச தூரத்திற்கு விட்டு விட்டுக் கொடிகளை நட்டுச் செல்ல வேண்டும். அத்துடன் ஒரு கொடியையும் அதற்கு அப்பாலுள்ள இன்னொரு கொடியையும் சிறு கம்பியினாலோ அல்லது கயிற்றினாலோ தொடர்பு இருக்கும்படி சங்கிலி போலக் கட்டிவிட்டால், உள்ளே அமைந்து ஓடும் பாதையில் (Inner Lane) ஓடுவோர் வளைவுப் பகுதிகளில், குறுக்கே கடந்து ஓடாதவாறு தடை செய்ய முடியும்.

பந்தயப் பாதையின் மொத்த அகலம் 7.32 மீட்டர் அல்லது 24 அடிக்குக் குறையாமல் இருக்க வேண்டும். குறைந்தது 6 'ஓடும் பாதை'களாவது (Lane) இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு ஓடும் பாதையின் குறைந்த அளவு அகலம் 1. 22 மீட்டர் அல்லது 4 அடி. அதிக அளவு அகலம் 1.25 மீட்டர் அல்லது 4½ அடி.

அளவினைக் காட்டும் ஒவ்வொரு கோடும் 5 செ.மீ. அல்லது 2 அங்குலம் அகலமுள்ள சுண்ணாம்புக் கோட்டினால் போடப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

ஓட்டப் பந்தயங்களின் தொடக்கமானது எப்பொழுதும் வளைவுப் பகுதியில் இருந்தாலும் (Curve) முடிவடைவதெல்லாம் நேர்க்கோட்டில் அமைந்திருக்கும் ஓடும் பாதையில்தான் இருக்க வேண்டும். அதுதான் சிறந்த முறையுங்கூட.

ஓட்டங்களின் முடிவிலே உள்ள முடிவெல்லைக் கோட்டின் (Finishing Line) அகலம் 2 அங்குலம் இருக்க வேண்டும். அவ்வாறு அமைந்த கோட்டின் இரண்டு பக்கத்திலும் ஒவ்வொரு அடி தூரத்திற்கு அப்பால் வெள்ளை நிறமுள்ள 4 அடி உயரமுள்ள கம்பங்களை நிறுத்தி வைத்து, அதுதான் போட்டியின் முடிவெல்லைக் கோடு என்பதையும் காட்ட வேண்டும்.

ஓட்டப் பந்தயத்தின் தூரத்தை அளக்க வேண்டுமானால், ஆரம்பக் கோட்டின் (Starting Line) வெளிப்புற அகலத்தில் இருந்து தொடங்கி, முடிவெல்லைக் கோட்டின் உட்புறம் வரை அளந்தே கணக்கிட வேண்டும்.

பந்தயப் பாதையில் ஓடும் ஓட்டக்காரர்கள் அனைவரும், இடது கைப்புறமாகத்தான் (Left Hand) வளைந்து ஓட வேண்டும்.

பந்தயப் பாதையினை அளக்கும்போது, முதல் பாதையில் உள்ள விளிம்பிலிருந்து (30 செ.மீ.) 3 அடி தூரம் அளந்து சுண்ணாம்புக்கோடு போட்டிருக்க வேண்டும். அந்த சுண்ணாம்புக் கோட்டைக் கடந்து, முதல் பாதையில் ஓடுபவர் ஓடாதவாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இரண்டாவது பாதையிலிருந்து, அந்தக் கோடு களின் வெளிப்புறத்திலிருந்து (20 செ.மீ.) 8" தான் அளந்து கொள்ள வேண்டும். வலது புறம் உள்ள ஒவ்வொரு ஓடும் பாதையின் சுண்ணாம்புக் கோடுகள், அந்தப் பந்தயப் பாதையின் அகலமாகும் என்பதை அறிந்து கொள்ளவேண்டும்.

தாண்டும், எறியும் போட்டிகளுக்கானக் குறிப்புகள்

தாண்டும் போட்டிகள்

தாண்டுவதற்காக நடத்துகின்ற போட்டிகளுக்குத் தேவையான பொருட்களைத் தயார் செய்வதற்கு முன், இவைகளை நடத்துகின்ற இடங்களை நிர்ணயிப் பதற்கு முன், ஒருசில குறிப்புக்களை நன்கு ஆராய்ந்தே முடிவு செய்யவேண்டும்.

இவ்வாறு தேர்ந்தெடுத்து அமைத்தால்தான், பார்வையாளர்களில் ஒரு சாரார், ஓரிரண்டு

நிகழ்ச்சிகளையாவது, அருகே இருந்து முழுதாகப் பார்த்து மகிழும் வாய்ப்பு ஏற்படும்.

இரண்டு நிகழ்ச்சிகளை ஏறத்தாழ ஒரே சமயத்தில் நடத்தினால் ஆங்காங்கே உள்ளவர்கள், அருகாமை யில் நடக்கின்ற போட்டி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்த்து, அமைதியாகவும் ஆனந்தத்துடனும் அமர்ந்திருப் பார்கள்.

இல்லையென்றால் சிலர் எட்டிப் பார்ப்பதற்காக எழவும், இன்னும் சிலர் அவர்களைத் தட்டி உட்காரச் சொல்லித் தடுக்கவும், பிறகு போட்டி நடக்கின்ற இடங்களுக்கு அருகாமையில் சிலர் கூடி வந்து கூட்டம் போடவும், அவர்களை அகற்றப்போய் குழப்பம் ஏற்படக் கூடிய நிலைமையும் உண்டாகும்.

ஆகவே, சிறிது சிந்தித்து செயல்படுவது நல்லது. பந்தயத்திடலில் எவ்வாறு இடங்களைப் பொருத்தி அமைக்க வேண்டும் என்று இடப் பரப்பை பார்த்தே அமைக்க வேண்டும்.

முதலில், தாண்டும் போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்குரிய இடத்தையும், அதைத் தயார் செய்யும் முறைகளையும் காண்போம்.

1. நீளத் தாண்டல் (Long Jump)

வேகமாக ஓடிவந்து, வலுவாகக் கால்களை ஊன்றித் தாண்டிக் குதிப்பதற்கான பரப்பளவு மிகவும் அவசியமானதாகும்.

தாண்டிக் குதிப்பதற்கான நீளம், தாண்டும் இடத்திலிருந்து குதிக்கும் இடம் வரையிலான தூரம்

குறைந்தது 10 மீட்டரும், (32-10) அகலமானது 2.75 மீட்டரும் (9') இருக்க வேண்டும்.

தாண்டிக் குதிக்கின்ற பரப்பளவின் மேல் பகுதியெல்லாம் மென் மணலால், அல்லது மென் தரையால், அல்லது ரம்பத்தூளால் மூடப்பட்டிருக்க வேண்டும். அவ்வாறு மணலால் சூழப்பட்டப் பரப்பளவு, ஓடிவருகின்ற தரைக்கு சற்று மேடாக அமைந்திருக்க வேண்டும.

தாண்ட உதவுகின்ற உதைத்தெழும் பலகை யானது (Take off Board) மரத்தால் செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும். அதன் அளவு 4 அடி நீளமும், 8 அங்குலம் அகலமும் உடையதாக அமைந்திருக்க வேண்டும்.

வெள்ளை வண்ணப் பூச்சினைப் பெற்றிருக் கின்ற அப்பலகையானது, தாண்டுகின்ற இடத்தின் தரையளவாக அதாவது தரையோடு தரையாகவே பதிக்கப்பெற்றிருக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு முன்னாலே தயார் செய்து கொண்ட பிறகு, போட்டி நடக்கின்ற நாளன்று எப்பொழுதும் ஈர மணலை வைத்திருக்க வேண்டியதும் அவசியம்.

ஏனெனில், தாண்டிக் குதிப்பதற்காக ஓடி வரும் உடலாளர்கள், கட்டைக்குப் பின்புறம் கரைபோல் வைத்திருக்கும் மணற் பகுதியை மிதித்து விடுவார்கள். அவ்வாறு அந்த மணற் கரையை மிதித்து, காலானது எல்லையைக் கடந்துவிட்டால், அவரது முயற்சி தவறானது (Foul) என முடிவு கட்டவும், மீண்டும் முன்போல் கரையமைக்கவும் ஈர மணல்

உதவும் என்பதால் முன் கூட்டியே மணலைக் கொண்டு வந்து வைத்திருப்பது நல்லது.

2. உயரத் தாண்டல் (High Jump)

உயரத் தாண்டும் போட்டிக்கு உதவுகின்ற இரண்டு கம்பங்கள் போதிய அளவு உயரம் உள்ளன வாக அதாவது 7 அடியிலிருந்து 8 அடி வரை உயரமாக இருத்தல் வேண்டும்.

அங்குலம் அங்குலமாக உயரத்தை ஏற்றிக் கொண்டு போகும் வழக்கம் உள்ளதால், கம்பங்களில் ஆணி நுழைப்பதற்கேற்றவாறு துளையிட்டு வைத்திருக்க வேண்டும். அந்தத் துளைகள் கம்பங்களில் 3 அடியிலிருந்து தொடங்கினால் பள்ளிகளில் நடைபெறும் பந்தயங்களுக்கு வசதியாக இருக்கும்.

தேசிய அளவில் நடக்கும் போட்டிகளுக்குரிய கம்பங்களின் பக்கவாட்டில் குறுக்குக் குச்சியை (Cross Bar) ஏந்த இரு 'தாங்கிகள்' (Stand) இருக்கும்.

தாண்டிக் குதிக்கும் மணற் பகுதியின் (Pit) பரப்பளவு குறைந்தது 5 மீட்டர் நீளமும் (16' 4") 4 மீட்டர் அகலமும் (13' 1½') இருக்க வேண்டும்.

தாண்டிக் குதிக்க ஓடிவரும் பகுதியின் அளவு குறைந்தது 50 அடியிலிருந்து 57'3"மாவது இருந்தால் தான் போட்டியிடும் வீரர்களுக்கு மிக வசதியாக இருக்கும்.

இரண்டு கம்பளங்களுக்கு இடையே வைக்கப் படுகின்ற குறுக்குக் குச்சியின் குறைந்த நீளம் 11'1¼"

லிருந்து அதிகமான நீளம் 13' 1½' அகலமும், கனம் 2 கிலோ கிராம் அதாவது 4 பவுண்டு 6½ அவுன்சு உள்ளதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

குறுக்குக் குச்சியைத் தாங்குகின்ற இரு கம்பங்களை நிறுத்தி வைக்கின்ற இடைப்பட்ட தூரத்தின் குறைந்த அளவு 12 அடியிலிருந்து 13' 2¼' வரை இருக்கலாம்.

தாண்ட ஓடிவரும் தரைப் பகுதியும், அதைச் சுற்றியுள்ள பகுதியின் தரையும் சம அளவாக இருத்தல் வேண்டும். தாண்டிக் குதிக்கின்ற இடமும், முதலில் ஆழமாக வெட்டப்பட்டு, அக் குழியிலே மணலைப் பரப்பி, மெத்தை போன்ற அமைப்பிலே வைத்திருக்க வேண்டும்.

குறுக்குக் குச்சியை ஏந்திக்கொண்டிருக்கும் 'தாங்கிகள்' தட்டையாகவும் 1½" அகலமும், 2¼" நீளமும் உள்ளனவாகவும், இரு கம்பங்களுக்கு எதிரெதிராக குறுக்குக் குச்சி அவைகள்போல் இருக்கும்பொழுது இரு கம்பங்களையும் **தொடாத** நிலையில், போட்டியில் குதிக்கின்றவர் அதைத் தொட்டவுடன் முன்புறமோ பின்புறமோ கீழே விழுகின்ற தன்மையில் குறுக்குக் குச்சி இடம் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

தொடாத நிலை என்பதற்கு, குறுக்குக் குச்சிக்கும் நிற்கும் கம்பத்திற்கும் உள்ள இடைவெளி தூரம் ½ அங்குலம் இருக்க வேண்டும்.

3. மும்முறை தாண்டல் (Hop-Step & Jump)

நீளத் தாண்டுதலுக்குரிய செயல் முறைகளே இப்போட்டிக்கும் பெருந்தும் என்றாலும், தாண்டு தற்குரிய தூரம் அதிகம் என்பதால், உதைத்தெழும்பும் பலகைக்கும், தாண்டிக் குதிக்கின்ற இடத்திற்கும் இடைப்பட்ட தூரத்தை அதிகமாகவே வைத்திருக்க வேண்டும்.

போட்டியிடுகின்ற வீரர்கள் வேகமாக ஓடி வருகின்ற தரைப்பாகம், சமதரையுள்ள பரப்பளவாக இருப்பது மிகமிக அவசியம். ஓடி வருவதும், ஒரு காலால் தரையை உதைத்துத் தாவி அதே காலால் நின்று, மீண்டும் எகிறிக் குதித்து மறு காலால் நிற்பதும், பிறகு அதே காலால் எழும்பி மணற் பரப்பிலே குதித்து இரு கால்களையும் ஊன்ற வேண்டிய நிலை இருப்பதால், தரையிலே மேடுபள்ளம் இருந்தால் கால் பிசகிக் கொள்ளவும், சமயத்தில் ஆபத்து நிகழ்ந்து விடவும் கூடும்.

ஆகவே, ஓடி வருகின்ற இடம் குறைந்தது 130 அடியிலிருந்து 147 அடி 6 அங்குலம் வரை சம அளவு தரையாக இருப்பது சாலச் சிறந்தது. தாண்ட உதவும் பலகையின் அகலமும் மற்ற தாண்டும் பரப்பளவு எல்லாம் நீடத் தாண்டலுக்கு உரியனவே யாகும்.

தாண்ட உதவும் பலகை தரையோடு தரையாக, குறைந்தது மணற் பரப்பிலிருந்து 25 அடி தூரத்தில் பதிக்கப்பெறுதல் வேண்டும்.

தேசிய அளவு போட்டியாக இருந்தால், குறைந்தது (11 மீட்டருக்கு) 36 அடிக்குக் குறையாமல் பலகை பதிக்கப் பெறுதல் வேண்டும் என்பது விதி முறையாகும்.

4. கோலூன்றித் தாண்டல் (Pole Vault)

உயரத் தாண்டலுக்குத் தேவையான இரு கம்பங்களைப் போலவே, இரு பக்கங்களிலும் அங்குலம் அங்குலமாகத் துளை வைக்கப் பெற்ற உயர்ந்த கம்பங்கள் தேவை. எவ்வளவு உயரம் என்றால், அது கடத்தப் பெறுகின்ற போட்டியையும், அதில் பங்கு பெறுவோரின் தாண்டிக் குதிக்கும் ஆற்றலையும் பொறுத்தே அமையும் என்றாலும், கம்பங்களின் உயரம் குறைந்தது 16 அடியாவது இருப்பது நல்லது.

தாண்டி விழும் மணற் பகுதியின் பரப்பளவு 6 மீட்டர் அகலமும் (16' 4") 5 மீட்டர் நீளமும் இருக்க வேண்டும்.

இரண்டு நெடுங்கம்பங்களை நிறுத்திவைக்கின்ற இடைவெளியானது 12 அடியிலிருந்து 14 அடி 2 அங்குலம் வரை இருக்கலாம்.

கம்பங்களுக்குக் குறுக்கே வைக்கப் பெறு கின்ற குறுக்குக் குச்சி (Cross Bar) மரத்தாலோ உலோகத்தாலோ அல்லது பொருத்தமான பொருளி னாலோ முக்கோணம் அல்லது உருண்டை வடிவ அமைப்பிலோ செய்யப்பெற்றதாக இருக்க வேண்டும்.

முக்கோண அமைப்பில் உள்ள குறுக்குக் குச்சியால், தாண்டிக் குதிப்போருக்கு ஏதாவது ஆபத்து வரலாம் என்பதற்காகவே முக்கோண வடிவமுள்ள குறுக்குக் குச்சி முனை மழுங்கியதாகவும், அந்தப் பக்கத்தின் அகலம்1" (30. மி.மீ.) அகலமும் 1 அங்குலத்தில் இருந்து 11/8" (25 மி.மீ. - 30 மி.மீ.) வரை விட்டம் உள்ளதாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

அதன் நீளம் 12 அடி 8 அங்குலத்திலிருந்து 14 அடி 10 அங்குலம் வரையிலும் (3.86 மீ 4.52 மீட்டர் வரை), எடையானது 5 பவுண்டு உள்ளதாகவும் அமைந் திருத்தல் வேண்டும்.

குறுக்குக் குச்சி உருண்டை வடிவமுள்ளதாக இருந்தால், அதன் சுற்றளவு 1"x6" வரை இருக்கலாம்.

குறுக்குச் குச்சியின் நீளம் ஒரே அளவில் 14 அடி தூரமும் இல்லையென்றால், இரண்டு பிரிவாகக் குச்சிகளை வைத்து, நடுவிலே இரும்புக் கவ்வியை (Clip) வைத்து பிடித்துக் கொள்ளவும் செய்யலாம்.

நெடுங்கம்பங்களில் துளை வைத்து, அதில் ஆணியை செருகி, அதில் குறுக்குக் குச்சியையும் வைக்கலாம்.

பின்புறம் பொருந்தி வைக்கும் ஆணிகளைவிட, அபாயமில்லாத வேறொரு உபாயத்தையும் கடைப் பிடிக்கலாம்.

இரு நெடுங்கம்பங்களில் (உயரத் தாண்டலுக்கு உதவுவதுபோல) 3" நீளமுள்ள தாங்கிகளை எதிர்ப்

புறம் இருப்பது போல பொருத்திக் கொண்டால் எளிதாக இருக்கும்.

நெடுங்கம்பங்களை அடிக்கடி அப்படி இப்படி என்று தூக்கி சரி செய்யாமல், நிலையாகவும் அகல மானதாகவும் வைப்பதற்கு இம்முறை சௌகரியமாக இருக்கும்.

இனி, தாண்ட உதவும் கோல் பற்றிய விதிமுறை களைக் காண்போம்.

தாண்ட உதவுகின்ற கோல் எந்தப் பொருளி னாலாவது (Material) அல்லது பொருள் கலவையி னாலாவது செய்யப்பட்டிருக்கலாம். (மூங்கில் அல்லது உலோகம். அல்லது கண்ணாடி இழை (Fibre Class).

நீளமும் அகலமும் அளவின்றியும் இருக்கலாம். பயன்படுத்துகின்ற வீரரது விருப்பப்படியும் அமைந் திருக்கலாம்.

ஆனால், அந்தக் கோலின் அடிப்பாகமானது உலோகத்தால் கட்டுப் போடப் பெற்றதாகவும் வழவழப்பாகவும் இருக்க வேண்டும்.

நாடாக்களினால் (Tape) கோலின் அடிப்பாகம் கட்டப்படுவதற்குத் தடை யொன்றும் இல்லை. என்றாலும், அடிப்பாகம் கட்டப்படுவது மிகமிக அவசியம்.

பெட்டிக்குள்ளே வேகமாக ஓடி வந்து கோலினை ஊன்றிச் செலுத்தி, மேலே முழு எடையையும் சேர்த்துத் தாண்ட எழும்போது, தாண்ட

உதவும் கோலுக்கு, எந்தவிதமான விரிசலோ உடைசலோ ஏற்படக்கூடாது என்பதே அடிப்படை நோக்கம்.

கோலூன்றும் பெட்டி (Vaulting Box) மரத்தால் அல்லது ஏதாவது ஒரு உலோகத்தால் செய்யப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

அதன் உள்ளளவு தரையின் சம அளவு நிலைக்கு (1 மீட்டர் 3' 3¼") உள்ளதாகவும், முன் அளவின் அகலம் (600 மி.மீ.) 1' 11/3" உள்ளதாகவும், பின் அளவின் அகலம் (150 மி.மீ.) 6" உள்ளதாகவும், அமைந்திருக்க வேண்டியது மிகமிக அவசியம்.

தரைக்குள்ளே பதிக்கப்படுகின்ற பெட்டியின் அமைப்பு தரையளவாகவே இருக்க வேண்டும். அவ்வாறு அமைக்கின்ற தரையின் அளவுக்கும் பெட்டியின் கடைப் பாகத்திற்கும் இடைப்பட்ட சாய்வு 105 டிகிரியில் அமைந்திருப்பதுபோல் அமைக்கவும்.

அவ்வாறு சாய்ந்திருக்கும் பெட்டியின் அளவு 7¼" (200 மி.மீ.) பெட்டியின் கடைசி இடத்தைத் தொடும் போது இருக்க வேண்டும்.

பெட்டியினுடைய பக்கங்களின் சாய்வளவு 120 டிகிரி உள்ளதா என்பதையும் பார்த்துப் பெட்டியைப் பதிக்க வேண்டும்.

பலகையிலே பெட்டி செய்யப்படுகின்ற பொழுது, பெட்டியின் உள்ளே அமைந்திருக்கும் முன்பாகமானது (2.5 மி.மீ.) 0.1" கனம் உள்ளதாக

இரும்புத் தகட்டினால் (800 மி.மீ.) 2'7½" நீளம் பதிக்கப்பட்டிருப்பது போல் செய்ய வேண்டும்.

கோலூன்றித் தாண்ட வேண்டி யிருப்பதால், பங்கு பெறுகின்ற வீரர்கள் அதிக உயரம் தாண்டக் கூடிய போட்டியில் அடிக்கடி ஏற்றிவைக்க உயரமான சூழ்நிலை அடிக்கடி அமையும். ஆகவே, இரண்டு பக்கமும் ஏறி நின்று குறுக்குக் குச்சியை அடிக்கடி ஏற்றி வைக்க ஏணி போன்ற அமைப்புள்ள இரண்டு சாதனங்கள் தேவைப்படும்.

எறியும் போட்டிகள்

1. குண்டெறிதல் (Short Put)

இரும்பால் அல்லது பித்தளையால் அல்லது அதற்கு இணையான வேறு எந்தப் பொருட்களி னாலாவது, உருண்டை வடிவமானதாகவும், மழமழப் பாகவும் வழவழப்புள்ளதாகவும் இரும்புக் குண்டு செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

ஆண்கள் போட்டியில் எறியக்கூடிய இரும்புக் குண்டின் எடை 16 பவுண்டாகும். பெண்களுக்கு 8 பவுண்டு 13 அவுன்சு எடையுள்ளதாக இருக்க வேண்டும்.

பள்ளியில் 12 பவுண்டுகள் இரும்புக் குண்டை பயன்படுத்துகின்றார்கள். கல்லூரிகளில் 16 பவுண் டுள்ள குண்டுதான் பயன்படுகின்றது.

3½ அடி ஆரமுள்ள வட்டத்திலிருந்து தான் இரும்புக் குண்டினை எறிய வேண்டும். ஆகவே,

அந்த வட்டத்தின் சுற்றளவுக் கோட்டைத் தெளிவாகத் தெரியும்படி சுண்ணாம்புக் கோட்டினால் போட வேண்டும்.

4 அடி நீளமும், 4.5 அங்குல அகலமும், 2 அங்குல கனமும் உள்ள 'தடைப் பலகை' (Stop Board) ஒன்றை, வட்டத்தின் முன் பகுதியில் சுண்ணாம்புக் கோட்டிற்குப் பதிலாக பதித்திருக்க வேண்டும்.

அந்தத் 'தடைப் பலகையின்' அளவிலேயே இரும்புக் குண்டை எறியும் பரப்பான (கோண) அளவிலேயே கோடுகளை சுண்ணாம்பால் போட்டு, நீட்டி விட வேண்டும்.

இருபுறமும் போடப்பட்டிருக்கும் கோணங்களை காட்டுவதுபோல் அமைந்து இரண்டு கோடுகளையும் இணைப்பதுபோல, 25', 30', 35', 40' என்ற அளவில் அளந்து, ஆரம் வைத்து வட்டமிடுவதுபோல், இணைத்து விடவேண்டும்.

இதேபோல் அமைந்த கால் வட்டப் பரப்பிற்குள்ளேதான் இரும்புக் குண்டினை எறிய வேண்டும்.

2. இரும்புக் குண்டு வீசியெறிதல் (Hammer Throw)

3 அடி 10 அங்குல நீளத்திலிருந்து 3¼ அடி 11¼ அங்குலம் வரை ஏதேனும் நீளமுள்ள இரும்புக் கம்பியினால் சேர்க்கப்பட்டிருக்கும் இரும்புக் குண்டு, நல்ல இரும்பினால் பித்தளையால் அல்லது அதற்கு இணையான எடையுள்ள ஏதாவது பொருளால் உருண்டை வடிவமாக செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

அந்த நீண்ட உறுதியான கம்பியும் முடிச்சில்லாத தாகவும், ஒரே நீளமானதாகவும் இருந்து, சுற்றி எறிகின்ற அமைப்புள்ள கைப்பிடி ஒன்றுடன் இணைக்கப் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

சுற்றி வேகமாக எறியும்போது துவள்கின்ற தாகவோ, சுருங்கி நீளுகின்றதாகவோ உள்ள தன்மையில் கம்பி இருக்கக்கூடாது. அதே சமயத்தில், எறியப்பெற்ற இரும்புக் குண்டுடன் வெட்ட வெளியில் (Up in the Air) செல்லும்போது, இரும்புக் குண்டைத் திசை திருப்பி விடுகின்ற முறையிலே கைப்பிடியுடன் கம்பியும் இரும்புக் குண்டும் பொருத்தப் பட்டிருக்க கூடாது.

ஆகவே, இத்தகைய வழிமுறைகளுக்கேற்ற வாறு அமையப்பெற்ற வீசியெறியப்படும் இரும்புக் குண்டின் மொத்த எடை - கைப்பிடி, கம்பி, இரும்புக் குண்டு உட்பட 16 பவுண்டாகும்.

இரும்புக் குண்டை வீசி எறியப் பயன்படும் வட்டத்தின் சுற்றளவு 7 அடியாகும். அதன் சுற்றளவு உட்கோட்டின் அளவுபடி, விட்டம் 7 அடி உள்ள தாகவும், அந்த வட்டத்தையும் முடிந்தால், உலோகத் தினால் செய்து வைத்திருக்கலாம். உலோகத்தால் ஆகியிருந்தால், அது வெள்ளைப் பூச்சு (White Palnt) பூசப்பட்டடிருக்க வேண்டும். அதன் உயரம் 3 அங்குல மும் கனம் 0.25 அங்குலம் இருக்கும்படியாகவும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உலோகத்தினால் வட்டம் போடக்கூடிய வாய்ப்பும் வசதியான சூழ்நிலையும் இல்லாவிட்டால்,

அந்த வட்டத்தின் சுற்றளவை சுண்ணாம்பினால் தெளிவாகப் போடலாம். அதில் 45° அளவுள்ள பரப்பைக் குறிப்பது போல, வட்டத்திலிருந்து இரு பக்கமும் கோடிழுத்து, அதனுள்ளேதான், எறிகின்ற எறி (Throw) எல்லாம் விழவேண்டும் என்கிற 'எறிபரப்பை' ஏற்படுத்தி வைத்துக் கொள்வது சாலச் சிறந்தது.

3. தட்டெறிதல் (Discus Throw)

வட்டமான அமைப்புள்ள தட்டானது, மரத்தால் அல்லது அதற்கு இணையான வேறு ஒரு பொருளால் ஆகியிருக்கலாம்.

ஆனால், அந்தத் தட்டின் மையப் பகுதியிலே, உலோகத் தகடு ஒன்று வட்டமாகவும் சரியாகவும் பதிக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும். அவ்வாறு, மையத்தில் உலோகத் தகடும் சேர்ந்த பிறகு, தட்டின் மொத்த எடையானது, ஆண்களின் போட்டிக்குரியது என்றால் 4 பவுண்டு 6.547 அவுன்சும், பெண்களின் போட்டிக்குரியது என்றால் 2 பவுண்டு 3.274 அவுன்சும் எடை உள்ளதாக இருக்கும்படி அமைந்திருக்க வேண்டும்.

பெண்கள் பயன்படுத்துகின்ற போட்டிக்குரிய தட்டினையே, பள்ளிகளில் நடக்கின்ற போட்டிகளுக்கும் பயன்படுத்திக் கொள்கின்றனர்.

தட்டினுடைய விளிம்பைச் (Edge) சுற்றி அமைக்கப்பட்டிருக்கும் உலோகமானது, பிசிறு

எதுவுமின்றி சரியான வட்டத்தைக் காட்டும் அளவுள்ளதாக அமைந்திருக்க வேண்டும்.

தட்டெறிதலுக்கான வட்டத்தின் உள் சுற்றளவு 8 அடி 2.5 அங்குலமாகும். வட்டத்தின் கனம், உயரம், வெள்ளைப் பூச்சு எறிகோணப் பரப்பு எல்லாம் இரும்புக் குண்டு வீசி எறிகின்ற வட்டத்தின் அமைப்பைப் போலத்தான்.

4. வேலெறிதல் (Javelin Throw)

வேலின் அமைப்பு, தலைப்பாகம் உலோகத் தினால் அமைந்து கூர்மையான நுனியுள்ளதாகவும், மத்திய பாகம் நூற்கயிற்றினால் பிடிப்புக்காகச் சுற்றப் பெற்றும், இறுதியில் வால் போன்ற அமைப்புள்ள நீண்ட பகுதியாகவும் அமைந்திருக்கிறது.

ஆண்கள் போட்டிக்காகப் பயன்படும் வேலின் நீளம் 8 அடி 10¼ அங்குலமும், 1 பவுண்டும் 12.218 அவுன்சு எடை கொண்டதாகவும், பெண்கள் போட்டிக் காகப் பயன்படும் வேலின் நீளம் 7 அடி 6½ அங்குலமும் 5.163 அவுன்சு எடை கொண்டதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

வேலின் தலைப்பாகம், கீழே விழுகின்ற போது தரையில் குத்திக் கொள்கின்ற தன்மைக்காக அமைக்கப் பெற்றிருக்கிறது.

எறியப்படுகின்ற வேலிய் புவியீர்ப்புத் தானத்தை சமநிலைப்படுத்துவதற்காகவே, வேலின் மையப் பகுதியிலேயே நூற் கயிறு சுற்றப் பட்டிருக்கிறது.

சுற்றப்படுகின்ற நூற் கயிற்றுக்குப் பதிலாக, தோல் பட்டையை வைத்து சுற்றுவதோ, அடையாளம் தெரிவதற்காக அந்த வேலினை வெட்டிவிட்டிருப் பதோ, அல்லது ரம்பப் பற்கள் போல ஓரத்தில் வெட்டி அடையாளம் செய்திருப்பது போன்ற அமைப்புக் களோ வேலில் எதுவும் இருக்கக் கூடாது.

முறையாகவும் தரமாகவும் சுற்றப்படுகின்ற நூற் கயிற்றின் கணம் 1 அங்குலத்திற்கு மேல் போகக் கூடாது. அதுவும், சீரான கன அமைப்புடனே மேலே சுற்றியிருக்க வேண்டும்.

பிடிப்புக்கு (Grip) ஏற்ப சுற்றப்பட்டிருக்கும் மையப் பகுதியில் இருந்து, உலோகம் அமையப் பெற்றுள்ள தலைப் பகுதிக்கானாலும் சரி, வால் பகுதிக்கானாலும் சரி, வேலின் குறுக்களவில் எந்தவித மாற்றமும் இன்றி, சன்னமாகவே மெலிந்து செல்வது போன்ற அமைப்புடன் வேல் செய்யப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

வேலின் உள்ளே எந்தவிதமான அசைகின்ற பொருளோ, அல்லது எறியப்பட்டப் பிறகு விண் வெளியில் வேலினை ஊக்குவித்து உந்தித் தள்ளுகின்ற தன்மையில் உள்ள இயக்கும் பொருளோ எதுவும் அதனுள்ளே பொருத்தப்பட்டிருக்கக் கூடாது.

வேலெறியும் போட்டிக்கு சிறிது வளைந்த நீளமான கோடு ஒன்று தேவை. அந்தக் கோடும் 12 அடி நீளமுள்ளதாகவும், தெளிவாக சுண்ணாம்புக் கோட்டினால் போடப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

தடை தாண்டி ஓட்டம் (Hurdle)

இந்தப் போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்குக் குறைந்தது 40 தடைகள் (Hurdles) தேவை. ஒரே சமயத்தில் 6 பேர் போட்டிகளில் பங்கு பெற வேண்டுமானால், 60 தடைகள் தேவைப்படும்.

ஒரு தடையின் எடை 22 பவுண்டு 0.75 அவுன்சுக்குக் குறையாமலும், 3 அடி 11 அங்குல அகலமும் உள்ளதாக இருக்க வேண்டும். அவ்வப்போது, நடக்க இருக்கின்ற நிகழ்ச்சிக்கேற்ப தடைகளின் உயரத்தை ஏற்றி இறக்கி வைத்துக் கொள்ளும் வசதி உள்ளது போல, தடையின் அமைப்பு இருப்பது சிறந்ததாகும்.

ஆண்களுக்கான போட்டிகளுக்குரிய தடையின் உயரம்.

110 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம் என்றால் உரயம் 3'6"

200 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம் என்றால் உயரம் 2'6"

400 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம் என்றால் உயரம் 3 அடி.

பெண்களுக்கு

100 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம் என்றால் 2'9"

200 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம் என்றால் 2'6"

ஆண்களின் போட்டிக்குத் தடைகளை வைக்கின்ற அமைப்பு.

ஆண்கள் போட்டி	கோட்டிற்கும் முதல் தடைக்கு முள்ள தூரம்	ஒவ்வொரு தடைக்கும் இடையேயுள்ள தூரம்	இறுதி தடைக்கும் எல்லைக்குமுள்ள தூரம்
110 மீ. தடை தாண்டி ஓட்டம்	13.72	9.14 மீ.	14.02 மீட்டர்
200 "	18.29மீ	18.29 மீ	17.10 மீ
400 மீ."	45 மீ.	35 மீ.	40 மீ.
பெண்கள் போட்டி			
100 மீ. தா. ஓ.	13 மீ.	8.5 மீ.	10.5மீ.
200 மீ. "	16 மீ.	19 மீ.	13 மீ.

போட்டியின் தொடக்கக் கோடு, நன்றாக அகலமாக சுண்ணாம்புக் கோட்டுடன் அமையப் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

முடிவெல்லைக் கோட்டுக்கு இரு பக்கமும் 4 அடி உயரமுள்ள இரண்டு கம்பங்களை நிறுத்தி, அதற்கிடையில் கம்பளி நூலைப் பிடித்து, அதன் வழியேதான் போட்டியின் முடிவினைத் தெரிந்தெடுக்க வேண்டும்.

தொடரோட்டம் (Relay Race)

தொடரோட்டம் என்பது ஒரே குழுவைச் சேர்ந்த நான்கு பேர்கள், சேர்ந்து, ஒருவரைப் பின்

தொடர்ந்து ஒருவராக ஓடி, ஒரு ஓட்டப் போட்டி நிகழ்ச்சியை முடிப்பதாகும். அதற்குச் சான்றாக அவர்கள் கையிலே ஒரு குறுந்தடியை (Baton) வைத்துக் கொண்டு ஓடவேண்டும் என்பது விதிக்குட்பட்ட முறையாகும்.

அந்தக் குறுந்தடி குறைந்தது நான்காவது, ஒரு போட்டிக்குத் தேவைப்படும். அதிகமாக 6 இருந்தால் போதுமானது.

ஒவ்வொரு குறுந்தடியும் உள்ளே துவாரம் இருப்பது போன்ற அமைப்புடனும், 11 அங்குலத்தி லிருந்து 12 அங்குலம் வரை நீளம் உள்ளதாகவும், 4.75 அங்குல சுற்றளவுடன் 13/4 அவுன்சு எடையுள்ள தாகவும் இருக்க வேண்டும்.

3. இடவசதிக் குழு (Seating Arrangements)

போட்டி நிகழ்ச்சிகளை வெற்றிகரமாக விழா நாளன்று நடத்துதற்கேற்ப, பந்தயத் திடலை மாற்றி அமைத்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, பந்தயம் பார்க்க வருகின்ற பொது மக்களையும், விளை யாட்டு ரசிகர்களயும் எவ்வாறு வரவேற்று அமர வைக்கலாம் என்று பணிபுரியும் குழுவிற்கே, 'இட வசதிக்குழு' என்று பெயராம்.

பந்தயத்தை ஆவலோடு பார்க்க வருகின்ற பெற்றோர்களை, பொதுமக்களை எங்கே அமர வைக்க வேண்டும் என்பதுதான் முதல் பிரச்சினை.

அவர்களின் வசதியைக் கவனித்து, அவர்கள் உட்கார்ந்து கொண்டே மற்ற நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்கவும். அருகிலேயே சிறுநீர் கழிப்பதற்கேற்ற கழிவறைகள் இருப்பது போலவும் போன்ற சகல வசதிகளையும் செய்து வைக்க வேண்டியது தலையாயக் கடமையாகும்.

போட்டியில் பங்கு பெற்று சாதனை புரிகின்ற பள்ளிகளின் வெற்றி எண்களையும், எந்தப் பள்ளி அல்லது எந்தக் குழு அதிக வெற்றி எண்களை எடுத்திருக்கின்றன என்பதனைப் பொது மக்களும், போட்டியில் பங்கு பெறுகின்ற அத்தனை பேர்களும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். தெரிந்து கொள்ள அத்தனை பேரும் ஆவலுடனே இருப்பார்கள்.

ஆகவே, அந்த வெற்றிஎண்களின் மொத்த எண்ணிக்கையைக் குறித்துக் காட்டும் 'வெற்றி எண் பலகை'யை (Score Board), பந்தயத் திடலின் நடுவே நிறுத்தி வைத்திருப்பார்கள்.

அந்தப் பலகை நடுவே இருப்பதால் பயன் ஒன்றும் ஏற்பட்டு விடாது. எதிர்பார்த்த பலனும் கிடைத்து விடாது.

நன்கு பெரிய அளவிலே செய்த பலகையை, பார்வையாளர்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும்படி, அருகிலே வைக்கின்ற ஏற்பாட்டைச் செய்தால், பொதுமக்களுக்கும் ஆர்வத்துடன் ஒவ்வொரு போட்டி நிகழ்ச்சிகளிலும் கலந்து கொண்டு, உடலாளர்களை உற்சாகப்படுத்தவும், தொடர்ந்து

அவர்களை சரியான இடங்களில் உட்கார வைத்தால்தான், இடையிடையே எழுந்து நிற்காமலும் திடீரென்று ஓடாமலும், கூட்டம் போடாமலும் அப்படி இப்படி நடந்து நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும் இடத்திற்கே வந்து இடையூறினை விளைவிக்காமலும் நாம் பாதுகாத்திட முடியும்.

இந்தப் பிரச்சினைக்கு முன் கூட்டியே திட்டமிட்டு செயல்பட்டால் தான், வருவோரும் மகிழ்ச்சியாக வந்து விழாவினைக் கண்டுகளித்துச் செல்ல முடியும். விழாவும் வெற்றிகரமாக நடந்து முடியும்.

பந்தயத் திடலைச் சுற்றிலும் பார்வையாளர்கள் அமர்ந்திருந்து வேடிக்கைப் பார்க்கும் வண்ணம் அவர்களுக்கு 'இருக்கைகள்' அமைப்பது நல்லது.

எல்லா நிகழ்ச்சிகள் நடப்பதும் "அவர்களுக்குத் தெளிவாகத் தெரிவது போலவும், எந்தெந்த நிகழ்ச்சிகள் எங்கெங்கே எவ்வப்போது நடக்கின்றன என்பதை அறிவிக்கும் ஒலிபெருக்கியின் 'அறிவிப்பு ஒலி' அவர்களுக்குத் தெளிவாகக் கேட்கின்ற இடமாகவும் இருத்தல் மிகமிக அவசியம்.

இதுபோலவே, போட்டிகளில் பங்கேற்கின்ற உடலாளர்கள் தங்கியிருக்கின்ற இடமும், சகல வசதிகளும் நிறைந்ததாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஏனென்றால், விளையாட்டு விழா வெற்றி பெறுவதற்கு மூலகாரணமாக இருப்பவர்களே விளையாட்டு வீரர்கள் தான் என்பதை உணர்ந்து,

உணர்ச்சிவசப்பட்டு, விழாவை விருப்பத்துடன் கண்டு களிக்கவும் போன்றதோர் இனிய சூழ் நிலையைத் தோற்றுவிக்கும்.

உடலாளர்களையும் நல்ல முறையில் அமர வைத்தல் விழாவின் வெற்றிக்கு நல்ல அறிகுறியாகும்.

விளையாட்டு வீரர்களை மரியாதையுடனும் கௌரவத்துடனும் வரவேற்று, சகல வசதிகளுடன் இடம் தந்து தங்க வைத்தும், போட்டி நிகழ்ச்சிகளிலே பங்கேற்கச் செய்தும் வைத்தால்தான், அவர்கள் ஆர்வத்துடன் போட்டியில் கலந்து கொள் வார்கள். மீண்டும் இது போன்று நீங்கள் நடத்துகின்ற விழாவுக்கும் வருகை தருவார்கள்.

ஆகவே, முதலில் தங்கி ஓய்வெடுத்துக் கொள் கின்ற இடங்களை அமைத்து வைத்திருப்பது நல்ல திட்டமாகும்.

அடுத்து, அவர்கள் போட்டி நடக்கும்பொழுது எந்தவிதமான சௌகரியங்களுடன் இருந்தால் இனிமையான சூழ்நிலை அமையும் என்பதையும் யோசித்துச் செயல்பட வேண்டும்.

உடலாளர்கள் அடிக்கடி போட்டி நிகழ்ச்சி களுக்கு, பந்தய மைதானத்திற்குள் போகவும் வரவும் போன்ற வகையில் எளிதாக இருப்பதுபோல், அவர்களுக்குரிய கூடாரங்கள் அமைய வேண்டும். அவர்களும் உட்கார்ந்து கொண்டே நடக்கின்ற போட்டி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்கும் படியாகவும், வசதியாக ஓய்வு எடுத்துக் கொள்வதற்கு ஏற்ற

இருக்கைகளையும் அமைத்திருக்க வேண்டும். போட்டிக்குப் போகும்பொழுது, தங்களுக்குரிய துணி மணிகளைக் கழற்றி அங்கே விட்டு விட்டுப் போவதற்குரிய கயிறு கட்டி வைப்பதும் சிறப்பாகும.

இன்னும், உடலாளர்கள் ஆடைகளை மாற்றிக் கொள்ளத் தனியிடமும், கழிவறைகளும் அருகருகே இருக்குமாறு இடவசதிக் குழு ஏற்பாடுகளைச் செய்து வைக்க வேண்டும்.

4. நிகழ்ச்சி நிரல் குழு (Programme Committee)

அனைத்துப் பள்ளிகளுக்கும், பின்னர் அனுப்பி வைக்கப் பெற்ற உடலாளர்களின் பெயர்ப் பட்டியலும், பதிவுத் தாள்களும் வந்து சேர்ந்த பிறகுதான், இக்குழுவின் பணி தொடங்குகிறது.

வந்து சேர்ந்த பெயர்ப் பட்டில்களையும், பதிவுத் தாள்களையும் முழுதும் படித்து, அந்தந்த நிகழ்ச்சி களில் பெயர் கொடுத்தவர்களை யெல்லாம் ஒன்றாகத் தொகுத்து விட வேண்டும்.

ஓட்டப் பந்தயங்களின் விரைவோட்டத்தில் பங்கு பெற்றவர்களை யெல்லாம் தொகுத்து, அவர்கள் ஓடக்கூடிய 'ஓட்ட வரிசை முறை'யைத் (Heats) தந்து, மொத்த உடலாளர்களின் எண்ணிக் கையை அறிந்து, அதற்கேற்ப நிகழ்ச்சியை நிறைவு படுத்தி வைக்க வேண்டும்.

அவ்வாறு எல்லா நிகழ்ச்சிகளிலும் பங்கெடுப் போரை எழுதி வைத்துக் கொண்ட பிறகுதான்,

விளையாட்டு விழாவுக்குரிய பந்தய நிகழ்ச்சிகளைப் பிரித்து, எந்தெந்த நிகழ்ச்சி எவ்வெப்போது தொடங்க வேண்டும், தொடர வேண்டும், முடிக்க வேண்டும் என்றெல்லாம் நிகழ்ச்சி நிரலை அமைக்க வேண்டும்.

அதற்கு முன், விழா நடக்கப்போகும் ஊரிலே வசிக்கின்ற மக்கள், எந்தெந்த நிகழ்ச்சிகளை அதிகமாக விரும்புவார்கள் என்பதையும்; எந்தெந்த நிகழ்ச்சி களில் அதிக ஆற்றலுள்ள உடலாளர்கள் போட்டி யிடுகின்றார்கள் என்பதையும், எந்தெந்த நிகழ்ச்சிகள் மக்கள் மனதை மிகவும் கவர்ந்திழுக்கும் என்பன வற்றையெல்லாம், முன்கூட்டியே தீர விசாரித் துணர்ந்து, அந்த நிகழ்ச்சிகள் அனைத்தையும் அன்றாடக் கடைசி நிகழ்ச்சிகளாக வைக்க வேண்டும்.

அந்த முறையானது, போட்டி நிகழ்ச்சிகள் அனைத்தையும் பொது மக்கள் கடைசி வரை ஆர்வத்துடன் இருந்து கண்டு களித்துச் செல்லவும், அதிகமான கூட்டம் இருப்பதால் உடலாளர்களும் உற்சாகத்துடன் போட்டியிடவும் கூடிய நல்ல சூழ்நிலையை நிலவ வைக்கும்.

அவ்வாறு நிகழ்ச்சிகளைப் பொறுக்கி எடுத்து அமைப்பது, எல்லோருடைய ஆர்வமும் குன்றாமல் இருக்குமாறு தூண்டும் தன்மையில் அமையும். அதற்காக முன்னால் வைக்கின்ற நிகழ்ச்சிகளை யெல்லாம் 'வழ வழா கொழ கொழா' எனக் கூறுகின்ற தன்மையில் அமைத்து, பொது மக்களைப் 'போர' டித்துவிடக் கூடாது.

ஆகவே, உடலாண்மைப் போட்டி நிகழ்ச்சிகளைத் தேர்ந்தெடுத்து, நிகழ்ச்சி நிரலை அமைக்கும் போது மிகவும் கவனத்துடனும் அனுபவமுள்ளவர்களைக் கலந்து பெற்ற அறிவுரையுடனும் செயலாற்ற வேண்டும்.

தாங்கள் குறிப்பிட்டுத் தொகுத்திடும் நிகழ்ச்சி நிரல் அனைத்தும், தாங்கள் குறிக்கின்ற நேரத்தில் நடக்குமா, அதற்குரிய நேரம் போதுமா என்பதை முதலில் இக்குழு சிந்திக்க வேண்டும்.

ஒன்றிரண்டு நிகழ்ச்சிகளுக்கு மேற்பட்ட நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ளும் உடலாளர்களுக்குத் தேவையான ஓய்வு நேரத்தைத் தருகின்ற தன்மையிலும் நிகழ்ச்சியை வரிசைப்படுத்த வேண்டும்.

நிகழ்ச்சிகளை அதிக அளவில் சேர்த்து, நீண்ட நேரம் நடப்பதுபோல் அதிகமாக சேர்க்கப்பட்டிருந்தால், பங்கேற்கின்ற உடலாளர்களும் களைத்துப் போவார்கள். நடத்துகின்ற அதிகாரிகளும் அசந்து போய் விடுவார்கள். பொதுமக்களும் எரிச்சல் பட்டுக்கொண்டு எழுந்து போய்விடுவார்கள். ஆகவே, அரை நாள் (அதாவது காலை அல்லது மாலை) நிகழ்ச்சியாக இருந்தால் 2½ மணி அல்லது 3 மணி நேர அளவுக்குள் போட்டிகளைத் தொடங்கி, முடிந்து போகக்கூடிய தன்மையில் அமைப்பதுதான் எல்லாருக்குமே நல்லது.

போட்டி நடத்துவதற்கேற்ற நிகழ்ச்சிகள் அதிகமாக இருந்தால், அதற்காகக் குறைந்த நேரத்திற்

குள் எப்படி நடத்த முடியும்? என்று தயங்கவோ மயங்கவோ வேண்டியதில்லை.

ஓட்டப் பந்தய நிகழ்ச்சிகளில் தொடர்ந் தாற்போல் இரண்டு மூன்று நிகழ்ச்சிகளை ஒரே சமயத்தில் நடத்தினால் நிகழ்ச்சிகளை விரைவில் நடத்த முடியும். அதற்கு அந்தந்த நிகழ்ச்சிகளை நடத்தித் தரும் அதிகாரிகளின் எண்ணிக்கையில் கொஞ்சம் அதிகம் பேர் இருந்தால் மேலே கூறிய நிகழ்ச்சிகளை எளிதாக நடத்திவிடலாம்.

ஆனால், அதே சமயத்தில், இரண்டு நிகழ்ச்சி களை ஆங்காங்கே நடத்தும்போது, அவைகளுக் குரிய இறுதிப் போட்டியை (Finals) ஒரே சமயத்தில் நடத்தி விட்டால், பார்வையாளர்களுக்கும், மற்றவர் களுக்கும் போட்டியைக் காணாத ஏமாற்றமும் எரிச்சலும் ஏற்படும். ஆகவே, ரசிகப் பெருமக்களுக்கு அந்தக் குறை ஏற்படாத வண்ணம் பார்த்துக் கொள்வது நல்லதாகும்.

போட்டி நிகழ்ச்சிகள் நடந்து கொண்டிருக்கும் போதே, தேநீருக்கென்றும், சிற்றுண்டிக்கென்றும் ஏதாவது ஒரு காரணம் கூறி இடைவேளை விடுவது அவ்வளவு நல்லதல்ல. நிகழ்ச்சிகளைத் தொடங்கி விட்டால், நிறுத்தாமல் மளமளவென்று நடத்திச் செல்வதுதான், விழாவினுடைய வெற்றி ரகசிய மாகும்.

மேற்கூறிய கருத்துக்களை மனத்தில் பதிய வைத்துக் கொண்டு, நிகழ்ச்சி நிரலைத் தயாரித்தப்

பிறகு, அந்த நிகழ்ச்சிக் குறிப்பில், அதிகாரிகளின் பெயர்களும், அவர்களுக்குரிய கடமையாற்றும் பகுதியும்; உடலாளர்களின் பெயர்களும், அவர் களுக்குரிய 'எண்' களும் (Numbers); அவர்களது 'ஓட்ட வரிசை முறையும், இதற்கு முன்னர் நடைபெற்றப் போட்டியில் ஏற்பட்ட வெற்றிச் சாதனைகளையும் தொகுத்து, நடைபெறுகின்ற போட்டியில் வெற்றிச் சாதனைகளைக் குறித்துக் கொள்ளும்படியான இடத்யையும் ஒதுக்கி வைத்து, அழகாக அச்சிட்டு, உரியவர்களுக்கு உரிய நேரத்தில் அனுப்பி வைக்க வேண்டும்.

நிகழ்ச்சிகளை நடத்த வேண்டிய பதிவுத் தாள் களையும், முடிந்தால் அந்தக் குறிப்பேடுகளில் (Score Sheet), பங்குபெறும் உடலாளர்களின் பெயர்களையும் அச்சிடலாம். இல்லையென்றால், கையெழுத்தாக எழுதித் தயாராக வைத்திருக்கலாம்.

இவ்வாறு போட்டிக்கு முன்னரே இத்தனைக் காரியங்களையும் பொருத்தமாகவும், திருத்தமாகவும் செய்து வைத்திருந்தால், குழப்பமே வராமல் காரியங் கள் இனிமையாக நடந்தேறும்.

முடியுமானால், போட்டிக்கான முக்கியமான விதிகளையும் மற்றும் வேண்டிய விளக்கச் செய்தி களையும் அச்சிட்டுத் தருதல் இனிதாகும்.

5. அதிகாரிகளை நியமிக்கும் குழு

பள்ளியில் நடைபெறுகின்ற விழா என்றால் அங்குப் பணியாற்றும் ஆசிரியர்களே அதிகாரி களாகப் பணியாற்றுவார்கள். நிறுவனங்கள் மற்றும் பள்ளிகளுக்கிடையே அல்லது வட்டம், மாவட்டம், மாநிலங்களுக்கிடையே நடக்கும் போட்டி என்றால், அனுபவமுள்ளவர்கள், முறையாகப் பயின்றவர் கள் எல்லோரும் அதிகாரிகளாக நியமிக்கப்படு வார்கள்.

பயிற்சி பெற்றவர்களே அதிகாரிகளாகப் பணியாற்றக் கிடைப்பார்கள் என்பது நிச்சயமல்ல. விழா நடக்கும் இடத்தைச் சேர்ந்த முக்கியமான வர்கள் கூட அதிகாரிகளாகப் பணியாற்றும்படி நேர்வதுண்டு.

விழா நடத்தும் பகுதியிலே உள்ள முக்கியமான மனிதர்கள், விழாக் குழுவினருக்கு வேண்டிய நண் பர்கள், இவர்கள் தாங்களாகவே முன்வந்து அதிகாரி களாகப் பணியாற்றவும் விரும்புவார்கள். அவர்களை வேண்டாமென்றும் விலக்கிவிட முடியாது. அவர்கள் இல்லாமலும் காரியம் வெற்றிகரமாக நடக்காது என்ற நிலையில், அவர்களை நிச்சயம் பயன்படுத்திக் கொண்டே ஆக வேண்டும்.

எனவே, அவர்களில் ஆற்றல் நிறைந்தவர்க ளாகப் பார்த்துத் தேர்வு செய்துகொள்ள வேண்டும். விழா நடப்பதற்கு முன்னால், முடிந்தால், பல முறை அவர்களை அழைத்து, ஒவ்வொருவருக்கும்

தரப்பட்டிருக்கும் பொறுப்பைப் பற்றியும், அந்தப் பொறுப்பினை நிறைவேற்றுவதற்குரிய விதிமுறைகளைப் பற்றியும், அவர்கள் நடந்துகொள்ள வேண்டிய நடைமுறையைப் பற்றியும் விளக்கம் தரவேண்டியது இன்றியமையாததாகும்.

தாங்கள் என்ன செய்யவேண்டும்? தங்களுடைய கடமை என்ன? என்பதை அவர்கள் உணர்ந்து கொண்டால்தான், அவர்கள் தெளிவான செயலைப் பின்பற்ற முடியும்.

ஏனென்றால், போட்டியிடும் உடலாளர்களில் ஒரு சிலர், அதிகாரிகளாகப் பணியாற்றக் கூடியவரின் அறியாமையையும், வழிமுறை பற்றிய அனுபவக் குறைவையும் புரிந்துகொண்டு, அதற்கேற்ப அவர்களை ஏமாற்ற முயற்சிப்பதும் உண்டு. அந்த நேரத்தில், அவர்கள் போகின்ற குறுக்கு வழியினை, மற்றவர்களும் பின்பற்ற வாய்ப்பும் உண்டு.

ஆகவே அரைகுறையாகத் தெரிந்தவர்களால் தெளிந்த தீர்ப்பை வழங்க முடியாது. சிறந்த முடிவையும் எடுக்க முடியாது. அதனால், குழப்பமும், எதிர்ப்பும், கூச்சலும் ஏற்படக்கூடும். எனவேதான், அதிகாரிகளாகப் பணியாற்றச் செல்வதற்கு முன்னரே, தாங்கள் ஆற்ற வேண்டிய கடமைக்குரிய அத்தனை விதிகளையும் செவ்வனே அறிந்து கொண்டு செல்ல வேண்டும்.

அனுபவமுள்ளவர்கள் இருக்கிறார்கள் என்பதற்காக அதிகாரிகளின் எண்ணிக்கையை அளவுக்கு அதிகமாக நியமிக்கக்கூடாது. அப்படி இருந்தால்,

அவர்களின் கூட்டமே, நிகழ்ச்சிகளை மறைத்து விடும். அதனால், மைதானத்திற்கு வெளியே இருப்ப வர்கள் பாதிக்கப்படுவார்கள், குழப்பம் ஏற்படவும் நேரும்.

அதையுணர்ந்து, தங்களுக்கு வேலையில்லாத அதிகாரிகள், மைதானத்திற்குள்ளேயிருந்த உடனே தங்களுக்குரிய இடத்திற்கு வந்து அமர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அதனால் பார்வையாளர் களுக்கும் நல்லது. போட்டியாளர்களுக்கும் நல்லது.

எத்தனையோ விளையாட்டு விழாக்கள், அதிகாரிகள் தங்களது ஆர்வத்தால் நிகழ்ச்சி நடந்த இடத்தைச் சூழ்ந்து கொண்டு நின்ற காரணத்தால், குழப்பத்திற்கு இட்டுச் சென்று, விழாவையே கெடுத்தே விட்டிருக்கிறது. இதுபோன்ற செயலை அதிகாரிககள் வேண்டுமென்றே விரும்பிச் செய்வ தில்லை. விளையாட்டிலே அவர்கள் மனம் அதிக மாகவே ஆழ்ந்து விடுவதால் தான் இப்படி அவர்களை அறியாமலேயே நிகழ்ந்து விடுகிறது.

ஆகவே, பலவித செளகரியக் குறைவு ஏற்படு வதை முன்கூட்டியே உணர்ந்து, அதிகாரிகள் பொறுப்புடன் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

இதுபோல அதிகாரிகள் கூடி நிற்பது, ஓட்டப் பந்தயங்களின் முடிவெல்லைக் கோட்டிலும், தாண்டும் இடங்களிலும் அதிகம் இருக்கும். ஆகவே, தவிர்ப்பனவற்றைத் தவிர்த்து, தகுந்தனவற்றை மேற் கொள்ளுதல் தக்காரின் செயலாகும்.

3. அதிகாரிகளும் அவரது கடமைகளும்

விளையாட்டு விழா நடத்துவதற்கேற்றவாறு முன்னேற்பாடுகளைச் செய்தவுடன், விழா நடத்து கின்ற குறிப்பிட்ட நாளில், முக்கியப் பொறுப்பேற்று நடத்தித் தர மூன்று பேர் முக்கியமான பெரும் பொறுப்பை ஏற்றுக் கொள்வார்கள். அவர்கள்:

மேலாளர் (Manager)

செயலாளர் (Secretary)

நுண்ணியல் மேலாளர் (Technical Manager)

அவர்களின் பொறுப்பும், பரிபூரண ஒத்துழைப் புமே விழா வெற்றிகரமாக நடந்தேறுவதற்குக் காரணமாய் அமைகின்றன. அவர்களின் தலையாய கடமைகளை இனி காண்போம்.

மேலாளர்: விளையாட்டு விழாவிற்கு முக்கியப் பொறுப்பாளர் இவரே. நிகழ்ச்சிகள் உரிய காலத்தில் நடைபெறவும், ஆட்ட அதிகாரிகளைக் கண் காணிக்கவும், அவர்கள் பணியாற்ற வரத் தவறிய நேரத்து மாற்று அதிகாரிகளைக் கொண்டு அந் நிகழ்ச்சிகளை சிறப்பாக நடத்தவும், ஆணையாளரின்

உதவியுடன் விளையாட்டு மைதானத்திற்குள் கூட்டமில்லாது பார்த்துக் கொள்ளவும், வேற்றாட்கள் வேலையில்லாதவர்கள் உள்ளே புகுந்து விடாமல் காக்கவும் போன்ற பெருங் கடமைதனை ஏற்று, விழா முடிகின்ற வரை மேன்மையுடன் பணியாற்றுவார்.

செயலாளர்: செயலருடைய பணியிலேதான், வெற்றியே அடங்கிக் கிடக்கிறது. அவரது ஆக்கப் பணியின் செழிப்பிலேதான், ஊக்கமான உழைப்பிலேதான் போட்டி நிகழ்ச்சிகள் தாமதமில்லாமலும், தடையேதும் நிகழாமலும், பொங்கிவரும் புது வெள்ளம் பூரிப்புடன் பயிர்களுக்குப் பாய்வதுபோல நிகழ்ச்சிகள் நடக்க ஏதுவாக இருக்கின்றது.

செயலரின் சாமர்த்தியம், சாதுர்யம், கடின உழைப்பு, விழாவுக்கு அதிகம் தேவைப்படுகின்றன. இவரின் பொறுப்பு, எல்லோரும் நினைப்பது போல அவ்வளவு எளிதான காரியமல்ல.

இந்தப் பொறுப்பை ஏற்கும் மனிதர், திடசித்தம் உள்ளவராக இருக்க வேண்டும். அந்தப் பணியில் ஆர்வமும், உற்சாகமும், ஊக்கம் நிறைந்தவராகவும் இருக்க வேண்டும். எந்தவிதமான இன்னல் வந்தாலும் எதிர்ப்புக்கள் வந்தாலும், சமாதானத்துடன் சமாளித்துச் செல்கின்றவராக, எதனிப்பட்ட முறையில் ஒவ்வொருவரையும் தெரிந்து வைத்துக்கொண்டு, அவர்களிடம் ஆதரவாகவும் அனுசரணையாகவும் நடந்து கொள்கின்ற திறமை பெற்றவராக, ஆற்றல் மிக்கவராக இருத்தல் வேண்டும்.

பிறரைத் தன் வயப்படுத்திக் கொள்கின்ற ஆற்றலுடன் மற்றவர்களிடம் மனம் கோணாதவாறு, எல்லோரையும் வேலையில் ஆர்வமுடையவராக மாற்றி வேலை வாங்கிக் கொள்கின்ற சக்தியையும் அவர் கொண்டவராக இருந்தால் காரியங்கள் மிகவும் நன்றாகவே நடக்கும்.

அவர் தனிப்பட்ட முறையிலே, ஏதும் செய்வதற் கில்லை என்றாலும், நடக்கின்ற காரியங்கள் அத்தனை யிலும், அவருடைய கண்காணிப்பு இருக்க வேண்டும். அவர் தந்திருக்கின்ற ஆணையின்படியே காரியங்கள் நடைபெறுகின்றனவா. அதனால் யாராவது பாதிக்கப் படுகிறார்களா, அந்தப் பணிகளில் ஏதாவது குறைகள் தென்படுகின்றனவா, எவராவது குறை கூறுகிறார்களா, நிகழ்ச்சிகள் தடையில்லாமல் நடந்தேறிச் செல் கின்றனவா என்பதையெல்லாம் செயலர் கூர்மையாகக் கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

விழா நாளன்று, ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியும், குறித்த நேரத்தில் நடக்கின்றனவா, பந்தய மைதானத் திற்குள் போட்டியிடும் உடலாளர்களும், பொறுப் புள்ள அதிகாரிகள் மட்டும்தான் இருக்கின்றார்களா, ஆர்வமுள்ள ரசிகர்கள் அடிக்கடி உள்ளே வந்து விட்டால் அவர்களை அமைதியாக அவரவர் இடங் களுக்கு அனுப்பி வைக்கவும், மனம் புண்படாதவாறு பேசி வெளியே அனுப்பவும் போன்ற செயல்களை மிகவும் பொறுப்புடனும் நிதானத்துடனும் செய்ய வேண்டும்.

இவ்வளவு குணாதிசயங்களையும் செயலர் பெற்றிருந்தால், விழா எந்தவிதமான குந்தகமும் இன்றி விமரிசையாக நடந்தேறும்.

இவர், விழா நடப்பதற்கு முன்னே, பொதுக்குழு உறுப்பினர்களைக் கூட்டிக் கூட்டம் போடவும், அதற்கானக் குறிப்புக்களைத் தரவும், வெற்றிகரமாக விழா நடைபெற எல்லா ஆக்க வேலைகளைத் தொடர்ந்து நடத்தவும் கடிதப் போக்குவரத்து மற்றும் கூட்டத்தில் முடிவெடுக்கப் பெற்ற வேலைகளைத் தாமதமின்றி செய்து முடிக்கவும் போன்ற உரிமைகளையும் கடமைகளையும் விரும்பி மனதாரச் சுமந்து பணியாற்றுகின்றார்,

நுண்ணியல் மேலளார்: இவர் மேலாளரின் நேரடிக் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் பணிபுரிகிறார். பந்தயப் பாதைகள் (Track) எறியும் வட்டங்கள், தாண்டுகின்ற பரப்புகள், முதலியனவெல்லாம் தரமாகவும், வளமாகவும் விதிகளின்படியேயும் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றனவா என்பதைக் கண்காணிக்கின்றார்.

போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்குப் பயன்படும் சாதனங்கள், குறிப்பேடுகள், பதிவேடுகள், மற்றும் முக்கியமான அட்டைகள் அனைத்தும் விதிகளுக்குட்பட்டவாறு தயார் செய்யப்பட்டிருக்கின்றனவா என்பதையும், தேவையான சமயத்தில் அதிகாரிகளுக்குத் தந்துதவும் போன்ற பொறுப்புகளுடன் பணியாற்றுகின்றவராக இருக்கின்றார்.

இவர்களைத் தவிர, நீதிக்குழு என்றும், மைதானத் தலைவர் என்றும் பொறுப்பேற்பவர்கள் இருக்கின்றார் கள்.

நீதிக் குழு (Jury of Appeal): மாறுபட்டக் கருத்துடன் விவாதத்திற்கு வரும் அத்தனைக் கருத்துக் களையும் ஏற்று, நிதானத்துடன் ஆராய்ந்து, இந்தக் குழு உறுதியாக எடுக்கின்ற முடிவே இறுதியானது.

சில முடிவுகள், விதிகளுக்குட்படாதவை போல சில இக்கட்டான சூழ்நிலைகளில் ஏற்படும். அப் பொழுது தலைவர் செயலருடன் கூடி ஓர் இனிய சூழ்நிலை ஏற்படுகின்ற அளவுக்கு முடிவினை நிதான மாக எடுக்க வேண்டும்.

மாவட்ட, மாநில அளவில் நடக்கும் போட்டி களில் இதுபோன்று சூழ்நிலை அமைந்தால், அது பற்றியக் குறிப்பை உடனே அந்த நாட்டின் தலைமைக் கழகத்திற்கு அனுப்பிவிட வேண்டும்.

எதிர்ப்பு மனு: ஒரு உடலாளர் போட்டியில் பங்கேற்கும் தகுதி குறித்து ஏற்படும் எதிர்ப்புப் பற்றி, போட்டித் தொடங்குவதற்கு முன்னரே நீதிக் குழுவிற்கு, எதிர்ப்பைத் தெரிவிப்பவர் அறிவித்துவிட வேண்டும்.

அதற்குரிய நீதிபதியாக யாரும் அதுவரை யிலும் நியமிக்கப்படவில்லை யென்றால், நடுவரிடம் கூற வேண்டும். அந்தப் பிரச்சினையும் போட்டிக்கு முன்னே, திருப்திகரமாகத் தீர்க்கப்படவில்லை யென்றால், 'முடிவாகாத பிரச்சினை' என்ற முறையில்

பங்கேற்கச் செய்து, அந்தச் சேதியைத் தலைவர், செயலருக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும்.

மாவட்ட, மாநிலப் போட்டி என்றால், அச் சேதியைத் தலைமைக் கழகத்திற்கு உடனே தெரிவித்து விட வேண்டும்.

நிகழ்ச்சிகள் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, நிகழும் குழப்பத்தின் காரணமாக ஏற்படும் எதிர்ப்புக்களை உடனடியாகவோ, அல்லது முடிவினை அதிகாரிகள் அறிவித்த 30 நிமிடத்திற்குள்ளாகவோ, அல்லது அந்த நிகழ்ச்சி நடந்த 15 நிமிடத்திற்குள்ளாகவோ தெரிவித்துவிட வேண்டும்.

எந்த எதிர்ப்பு மனுவையும், எழுத்தின் மூலமாக சம்பந்தப்பட்டக் குழுவின் நிர்வாகிக்கோ, அதிகாரிக்கோ அல்லது நீதிக் குழுவுக்கோ, விழாக் குழுவினர் முன்னரே குறிப்பிட்டிருக்கும் பணத்தைக் கட்டணமாகக் கட்டி எழுதிக்கொடுக்க வேண்டும். குற்றம் நிரூபிக்கப்படவில்லையென்றால் கட்டணம் திருப்பித்தரப்படமாட்டாது.

மைதானத் தலைவர் (Marshal)

மைதானத்தைப் பற்றிய பொறுப்பு முழுவதையும் அவரே நிர்வகித்துக் கொள்கின்றார்.

நிகழ்ச்சிகளை நடத்துகின்ற அதிகாரிகளையும், போட்டிகளில் பங்கேற்கின்ற உடலாளர்களையுந் தவிர, வேறு யாரையும் காரணமின்றி மைதானத்திற்குள்ளே இவர் அனுமதிப்பதில்லை. அனுமதிக்கவும் கூடாது.

தமக்குரிய உதவியாளர்களை அவ்வப்போது அவர் அழைத்து, தேவையான ஆணைகளைப் பிறப் பித்து, தானளித்த ஆணைகள் முறையாக நிறை வேற்றப் படுகின்றனவா என்பதையும் கவனித்துக் கொள்கின்றனர்.

மைதானத்தைச் சுற்றிலும் இவர் சென்று தேவையான காரியங்களையும் பார்த்துக் கொள்வ தோடு, மைதானம் எப்பொழுதும் போட்டி நிகழ்ச்சி களுக்காகப் பயன்படுகின்றதா என்பதிலேயே முழுக் கவனத்தையும் செலுத்திப் பணியாற்றுகின்றனர்.

இனி, மைதானத்திற்குள்ளே பணியாற்றும் அதிகாரிகளையும் அவர்களது பணிகளைப் பற்றியும் காண்போம்.

ஓட்டப் பந்தய நிகழ்ச்சிகளுக்குரிய அதிகாரிகள்

1. நடுவர் (Referee)
2. ஓடவிடுபவர் (Starter)
3. ஓடவிடுபவரின் உதவியாளர்கள் (Starter's Assistants)
4. துணை நடுவர்கள் (Umpires)
5. வட்டக் குறிப்பாளர்கள் (Lap Scorers)
6. நேரக் குறிப்பாளர்கள் (Time Keepers)
7. முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்கள் (Judges at the Finish)

1. நடுவர் (Referee)

நடுவராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றவர், தனக்குரியப் பொறுப்பைப் பற்றிய கடமைகளுக்குரிய விபரங்களை முற்றிலும் அறிந்தவராக இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு போட்டி நிகழ்ச்சியைப் பற்றியும் நன்கு தெரிந்தவராக இருந்தால்தான், துணை நடுவர்கள் தங்களுக்குள்ள மாறுபட்டக் கருத்தினைக் கொள்ளும் பொழுதும், உடலாளர்கள் ஏதாவது பிரச்சினையை எழுப்பும்பொழுதும் சரியான முடிவினைக் கூற முடியும்.

நிகழ்ச்சிகள் அனைத்தும் விதியின் வழியே நடைபெறுகின்றனவா என்பதுடன், இறுதியான முடிவெடுக்கக்கூடிய வல்லமையும் அதிகாரமும் இவருக்கு உண்டு.

எந்த நிகழ்ச்சிக்கும், யாரையும் அனுப்பி வைக்கின்ற அதிகாரமும் இவருக்கு உண்டு. தகறாறு நடக்கின்ற இடங்களிலோ அல்லது சரியான முடிவெடுக்க முடியாத நிலைகளிலோ, தகுந்த அதிகாரியை நியமிக்க நடுவருக்கு பூரண அதிகாரம் உண்டு.

துணை நடுவர்களுக்குள்ளே ஏதாவது கருத்து வேற்றுமை தோன்றி ஒரு நிகழ்ச்சியை மீண்டும் நடத்த வேண்டும் என்று விருப்பம் தெரிவித்தால், அதை மாற்றவும், வேண்டுமென்றால், மீண்டும் நடத்த வேண்டும் என்ற ஓர் முடிவெடுத்தால், அதை அன்றைக்கே நடத்தலாம் அல்லது மறுநாள்

நடத்தலாம் என்ற ஓர் முடிவெடுக்கும் அதிகாரமும் நடுவருக்கு உண்டு.

எறிபரப்பு அல்லது தாண்டுகின்ற பகுதிகள் பந்தயத்திற்கு ஏற்றவாறு இல்லையென்று நடுவர் கருதினால், நிகழ்ச்சியை வேறு இடத்தில் நடத்துவதற்குரிய இடத்தில் மாற்ற நடுவருக்கு முழு அதிகாரம் உண்டு. ஆனால், பங்கு பெறும் அனைவரும் ஒரு முறை தாண்டுகின்ற அல்லது எறிகின்ற வாய்ப்பினைப் பெற்ற பிறகே இடத்தை மாற்றலாம் என்பயையும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

2. ஓடவிடுபவர் (Starter)

ஓட்டப் பந்தயங்கள் தொடர்பான எல்லா நிகழ்ச்சிகளுக்கும் இவரே பொறுப்பேற்று, உடலாளர்களை ஓட விட்டு, நிகழ்ச்சிகளை நடத்தி வைக்கிறார்.

ஓடவிடுபவரின் உதவியாளர்கள், உடலாளர்களை சோதனை செய்து. ஓடுவதற்குத் தயாராக அவரவரது ஓடத்தொடங்கும் இடத்தில் நிற்க வைத்த உடனேயே, இவரது பணி தொடங்குகிறது. உடலாளர்கள் அத்தனை பேரையும் இவரே தன் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கிறார். ஓட்டத் தொடக்கத்தைப் பற்றிய தவறுக்கும்; அதனால் ஏற்படுகின்ற நிகழ்ச்சிகளுக்கும் இவரே முழுப் பொறுப்பேற்கின்றார்.

200 மீட்டர், 400 மீட்டர் (அரைவட்டம் அல்லது முழுவட்டம்) ஓட்டப்பந்தயங்களுக்கு, உடலாளர்களுக்குத் தெரியும்படியான இடத்தில் நின்றுதான்

ஓட்டத்திற்கான அறிவிப்பையும், சைகை ஒலியையும் தரவேண்டும்.

தான் கொடுக்கின்ற கட்டளையின் ஒலி கேட்காத பொழுது, பேசும் குழல் (மைக்ரோபோன்) உதவியால் பேசி, கட்டளையை அறிவிக்க வேண்டும்.

ஆனால் அவர் எங்கு நின்றாலும் ஓட்டத்தில் பங்கு பெறுகின்ற அத்தனை பேரையும் நன்றாகக் கண்காணிக்கின்ற இடத்தில் நிற்பதுதான் சிறந்த முறையாகும்.

உடலாளரின் உடலில் எந்தப் பாகமாவது, ஓடவிடும் ஒலி கேட்பதற்கு முன், ஓடத் தொடங்கும் கோட்டில் பட்டாலும் சரி, அல்லது ஒலி கொடுக்கும் முன் ஓடத் தொடங்கி விட்டாலும் சரி, அது தவறான ஓட்டத் தொடக்கமாகும்.

துப்பாக்கியால் அல்லது அது இல்லாத பொழுது விசிலால் ஒலி எழுப்பி ஓட விடலாம்.

எல்லா ஓட்டக்காரர்களுக்கும், தங்களுக்குரிய இடங்களில் அசையாமல் (Still) ஓடுவதற்குத் தயார் நிலையில் நின்ற பிறகே, ஓடுகின்றதற்கு ஒலி எழுப்பும் சைகையைக் கொடுக்க வேண்டும்.

எந்த ஓட்டப் போட்டியானாலும் சரி, உடலாளர் களை ஓட விடுவதற்கு முன்னர், ஓட விடுபவர் தலைமை நேரக் காப்பாளரிடம் ஒலி எழுப்பி, சைகை செய்ய வேண்டும். அவரும் தயார் என்று கூறி சம்மதம் பெற்ற பிறகே, ஓடவிட வேண்டும்.

ஓடும் இடங்களுக்கு முன்னே இருக்கும் கோட்டில் கால்களையோ, கைகளையோ வைக்காமலும் அந்தக் கோட்டை கடந்து விடாமலும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். மீறுகின்றவரை சுட்டிக்காட்டித் தவற்றைத் திருத்த வேண்டும். மீறி நடப்பவர்களை ஓடவிடுப வரிடம் கூற ஏற்பனவற்றைச் சரியான சமயத்தில் செய்ய வேண்டும்.

சரியான, குறித்த நேரத்தில், ஓடும் நிகழ்ச்சிகள் நடந்தேறுவதற்கு இவரே காரணமாக இருப்பதால் எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாகவே இயங்க வேண்டும். ஓட்டத்தில் பங்கு கொள்வோர், வேண்டுமென்றே ஓட வராமல் தாமதப்படுத்துவார்கள். அவர்களை யெல்லாம் அழைத்து உரிய முறைப்படி பெயர்களை எழுதி, நிகழ்ச்சிக்குத் தயாராக வைத்திருந்தால்தான் ஓட விடுபவரால் எளிதாக நிகழ்ச்சிகளை நடத்திச் செல்ல முடியும்.

யாருக்காகவும் காத்திருந்து நிகழ்ச்சியைக் காலங் கடத்தாமல் செயல்படுத்த, இவர் தூண்டுகோலாக இருக்க வேண்டும். ஓட்ட நிகழ்ச்சி முடிந்தவுடனே, அவர்கள் அங்கே நின்றுகொண்டு கும்பலாக நிற்கா மலும், கூட்டம் போடாமலும் பாாத்து மைதானத்தை விட்டு வெளியேற்றிவிட வேண்டும்.

அவர்களில் ஒரு சிலர் அங்கேயே இருக்க வேண்டும் என்ற கட்டாய சூர்நிலையில் இருந்தால், அவ்வாறு அவர்கள் நிற்கும் போது, வேடிக்கை பார்ப்பவர்களுக்கு மறைக்கக்கூடிய சூழ்நிலை அமைந்துவிடும். அதனால் அவர்களை அப்படியே

தரையில் அமர்ந்து விடுமாறு கூறி, நிலைமையை சரிப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும்.

இதுபோன்ற பொறுப்புகளை உடைய உதவி யாளர்களால்தான் ஓட்டப்பந்தய நிகழ்ச்சிகள் விரைவாகவும், வெற்றிகரமாகவும் நடந்தேறும்.

4. துணை நடுவர்கள் (Umpires)

முடிவெடுப்பதில் எந்தவிதமான அதிகாரம் இல்லாமல் இருந்தாலும், துணை நடுவர்கள் நடுவருக்கு உதவியாளர்களாகவே துணை புரிகின்றார்கள். ஓட்டப் பந்தயப் போட்டிகளை அருகிருந்து கவனிக் கின்றார்கள். பந்தயப் பாதையின் வளைவு போன்ற பகுதிகளில் நின்று ஓடுவோரைக் கண்காணிக் கின்றார்கள்.

தவறு நடக்கின்ற பொழுது அதனை நடு வருக்குச் சுட்டிக்காட்டவும், தொடரோட்டம் போன்ற சூழ்நிலைகளில் ஓட்டக்காரர்கள் குறுந்தடி மாற்றிக் கொள்ளும் பகுதிகளில் (Take over zones) நின்று, தவறு நடக்காமல் பார்த்துக் கொள்கின்றனர்.

நேரான ஓடும் பாதையிலும் சரி, வளைவுப் பகுதியிலும் சரி, கோட்டைக் கடந்து ஓடாமல் உடலாளர்களைப் பார்த்துக் கொள்வதோடு, எதி ராளியை இடப்புறமாக முந்தாமல், வலது கைப் புறமாக முந்திச்செல்கின்றனரா என்பதையும், (2 கெஜ தூரத்திற்கு அப்பால் ஓடி யாரும் இல்லாமல் இருந்தால், ஒருவரை எந்தப் புறத்திலேனும் தாண்டி முந்திக் கொண்டு ஓடலாம்) எந்த உடலாளராவது

எதிராளிக்கு இடங்கெடுக்காமல் அங்குமிங்கும் ஓடி ஓடவிடாதவாறு பாதையில் தடை செய்கின்றாரா என்பதையும் கண்காணித்து நடுவரிடம் உடனே கூறிவிட வேண்டும்.

5. வட்டக் குறிப்பாளர்கள்

800 மீட்டர், 1500 மீட்டர் போன்ற நெட்டோட்டப் பந்தயங்களில் பங்கெடுத்து ஓடுகின்ற ஓட்டக்காரர்கள், ஓடும் தூரத்தின் வட்டங்களைக் (Rounds) கணக்கெடுத்துக் கொண்டு, எத்தனை வட்டங்கள் இன்னும் ஓட வேண்டும் என்பதைக் கூறிக்கொண்டே வந்து, கடைசி வட்டத்திற்கு அவர்களுக்கு மணி ஒலி மூலமாகவோ, சத்தத்தின் மூலமாகவோ கூற வேண்டுவது இவர்கள் பணியாகும்.

ஒவ்வொரு வட்டக் குறிப்பாளரும் 4 ஓட்டக்காரர்களுக்குமேல் வட்டக் குறிப்புக்களை எழுதக் கூடாது. அந்த ஓட்டக்காரர்களையும் யாரென்று நடுவரே தீர்மானிப்பார். இவர்களைத்தான் நான் குறிப்பேன் என்று யாரும் பிடிவாதம் பிடிக்கக் கூடாது.

குறிப்பாளர்களுக்குக் குறிப்பெழுதப் பயன்படுவது போல, குறிப்பட்டையும் (Lap scoring pad) கொடுக்கப்பெறும், அந்த அட்டையில், அவர்கள் ஓடிய வட்டத்தின் எண்ணிக்கையும், வட்டத்தைச் சுற்றுவதற்காக மேற்கொண்ட நேரத்தையும் குறிக்க வேண்டும்.

நெட்டோட்டங்களில் அடிக்கடி எவர் எவர் மொத்த வட்டங்களையும் சுற்றினார்கள் என்பதில்

அடிக்கடி அதிகாரிகளுக்குள்ளே குழப்பமும் தகராறும் ஏற்படும். அதைத் தடுக்க இதோ ஒரு புது யோசனை.

ஓட்டம் முடிவடையக் கூடிய முடிவெல்லைக் கோட்டிலே ஊன்றியிருக்கும் முடிவெல்லைக் கம்பத்தில் அவர்கள் ஓடக்கூடிய வட்டங்களின் மொத்த எண்ணிக்கையைக் குறிக்கும் எண்கள் எழுதிய அட்டைகளை மாட்டிவிட்டிருக்கலாம். ஒரு வட்டம் முடிந்த பிறகு குறைந்த எண்ணிக்கை உள்ள அட்டையை மாட்டலாம். உதாரணமாக, மொத்தம் ஓடக்கூடிய வட்டங்களின் எண்ணிக்கை 8 என்றால், முதலில் 8, பிறகு 7, 6, 5, 4, 3, 2, என்று குறைத்து மாற்றிக் கொண்டே வந்து, கடைசி வட்டத்திற்கு மணி ஒலி மூலமாக அறிவித்து விடலாம். இப்படிச் செய்தால் எல்லாருக்கும் எத்தனை வட்டம் முடிந்திருக்கிறது என்பதைப் பற்றிய நிலை தெளிவாகப் புரியும்.

6. நேரக் குறிப்பாளர்கள் (Time keepers)

நல்ல அனுபவமுள்ளவரையே நேரக்காப்பாள ராக நியமிக்க வேண்டும். நல்ல கடிகாரம் இருந்தால் மட்டும் நல்ல நேரக்காப்பாளரை உருவாக்கிவிட முடியாது. நேரக்காப்பாளர்கள் ஓடவிடுபவரோடு முழு மனதாக ஒத்துழைத்தால் சரியான நேரத்தைக் காண முடியும்.

நேரக்காப்பாளர்கள், முடிவெல்லைக் கோட்டி லிருந்து 5 மீட்டர் (16 அடி 6 அங்குலம்) தூரத்தில், முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்கள் அமர்ந்திப்பதற்கு

எதிர்ப்புறமான பகுதியில், ஓடி வருவோரை நன்கு பார்க்கவும், கண்காணிக்கவும் இயன்ற உயர்ந்த இடத்தில் அமர்ந்திருப்பார்கள். அதுதான், பெரிய அளவில் நடக்கின்ற விழாவில் சரியான இடமாகும்.

நேரக்காப்பாளராக மூவர் பணியாற்றுவர். அவர்களில் ஒருவர் தலைமை நேரக்காப்பாளராக இருப்பார்.

இந்த மூவரையும் தவிர ஓரிரண்டு பேர், மாற்று நேரக்காப்பாளராக, இரண்டாவதாக ஓடி வருவோருக்கு நேரம் பார்ப்பார்கள். இந்த நேரத்தைக் கணக்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதில்லை.

அதிகாரப்பூர்வமான நேரத்தை அறிவிக்க மூன்று நிறுத்துக் கடிகாரங்கள் (Stop waches) தேவைப் படுகின்றன.

நேரக்காப்பாளர்கள் மூவரும், தனித்தனியாகவே, சுதந்திரமாகவே தங்கள் கடிகாரத்தின் மூலம் ஓடி வருவோரின் நேரத்தைக் குறித்து, அதிலே தமது கையொப்பத்தை யிட்டு, தலைமைக் காப்பாளரிடம் தந்துவிட வேண்டும். அதற்கு முன்னே, யாரிடமாவது காட்டவோ, அது பற்றி கலந்தாலோசிக்கவோ வேண்டும் என்பது அவசியமுமில்லை. கட்டாயமும் இல்லை.

துப்பாக்கியின் (ஒலி எழுப்பிய உடன் தெரியும்) புகை தெரிந்தவுடனேயே, கடிகாரத்தை ஓடவிட வேண்டும்.

ஓடிவருபவரின் காலோ, கையோ, பாதமோ, கழுத்தோ, தலையோ, முன்கையோ, அல்லது உடலின் ஏதாவது ஒரு பாகம், முடிவெல்லையைத் தொட்ட உடனேயே, கடிகாரத்தை நிறுத்திவிட வேண்டும். ஓட்டம் முடியப் போகின்றதற்கு 15 கெஜ தூரத்தி லிருந்தே மிகவும் கவனத்துடன் ஓடிவருபவர்களைக் கண்காணித்துக் கொண்டே வரவேண்டும். அப் பொழுது, கடிகாரத்தை நிறுத்துகின்ற விரலைப் பயன்படுத்துவதற்காகத் தயாராக வைத்திருக்க வேண்டும்.

இருவரிடம் பெற்ற நேரக் குறிப்புகளைக் கொண்டு தலைமை நேரக் காப்பாளர், வேறு ஒரு தாளில் நேரத்தைப் பதிவு செய்து கொண்டு, அதிகார பூர்வமான நேரத்தை அறிவிப்பார்.

மூன்று பேர்களில், இருவரின் கடிகார நேரம் ஒத்திருந்து ஒருவரது நேரம் ஒத்திருக்காமற் போனால், இருவரின் கடிகாரம் காட்டும் நேரமே சரியான நேரமாகும்.

மூன்று கடிகாரமும் ஒன்று போல் இல்லாமல் வெவ்வேறு நேரங்காட்டினால், மூன்று நேரங் களுக்கும் இடைப்பட்ட நேரமே (Middle time) அதிகார பூர்வமான நேரம் என்று கொள்ள வேண்டும்.

கடிகாரத்தின் முள், இரண்டு எண்களுக்கிடையே நின்றுவிட்டால், அதிக நேரங் காட்டும் எண்ணையே நேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

இயங்குகின்ற கடிகாரம் இரண்டே இரண்டு மட்டும் இருந்து, அவைகளின் நேரமும் வெவ்வேறாக இருந்தால், அதிக நேரம் காட்டுகின்ற நேரக் குறிப்பையே சரியானதாகக் கொண்டு நேரத்தைக் குறிக்க வேண்டும்.

நேரங்களை வினாடியாகவும், அதற்குள்ள பின்ன மாகவும் குறிப்பதுடன், ஒவ்வொரு வட்டத்தையும் எவ்வளவு நேரத்தில் கடந்தார் என்பதையும் குறித்தால் நலமாக இருக்கும். 800 மீட்டரிலிருந்து 3000 மீட்டர் வரையுள்ள ஓட்டப் பந்தய நிகழ்ச்சிகளில் இம் முறையைப் பின்பற்றலாம்.

தேசிய ஓட்டப் பந்தயங்களில் மின்சாரத்தால் இயங்கும் கடிகாரத்தையே பயன்படுத்த வேண்டும்.

உலக 'வெற்றிச் சாதனை'யை கணக்கிடுவது எவ்வாறு? (World Record)

எங்கேயாவது ஓரிடத்தில், விளையாட்டுப் பந்தயம் நடைபெற்று, அதில் நிகழ்ந்த 'வெற்றிச் சாதனை' உலக சாதனைக்குமேல் (Record) என்று தெரிந்தால், அந்தக் குறிப்பிட்ட நாட்டில் உள்ள 'அகில உலக அமெச்சூர் விளையாட்டுப் பந்தயக் கழக உறுப்பினர்', அதைத் தீர விசாரித்து, சிறிதும் தாமதப் படுத்தாமல், தலைமைக் கழகத்திலிருந்து (A.I.F.F.) அதற்கான மனு ஒன்றை வாங்கித் தேவையான எல்லாக் குறிப்புகளையும் உரிய முறையில் பூர்த்தி செய்து, 6 மாதத்திற்குள் அனுப்ப வேண்டும்.

வெற்றிச் சாதனையை ஏற்படுத்திய வீரர் வெளிநாட்டுக்காரராக இருந்தால், அதற்கான நகல் மனு ஒன்றையும் பூர்த்தி செய்து அனுப்ப வேண்டும். அந்த மனுவில், பந்தயம் நடைபெற்ற நாள், இடம், நேரம், காலநிலை, பந்தயப் பாதை அல்லது பந்தயக் களத்தின் நிலை, காற்றின் வேக நிலை, பந்தயக் களத்தின் இட அமைப்பு, போட்டி நடைபெற்ற விதம், போட்டி முடிவின் உயரம், நேரம் அல்லது தூரம் முதலியவற்றை சரியாக அறிவித்து, அகில உலக விதிகளின் படியேயுள்ள விளையாட்டு சாதனங்களை வைத்துத்தான் சாதனை தேர்ந் தெடுக்கப்பட்டதா என்பதையும் விரிவாகக் குறிப்பிட வேண்டும்.

போட்டி நடைபெற்ற இடம் 'உள்ளாடும் அரங்கமாகவோ' (Indoor) அல்லது பலகைப் பரப் பாலான தரையமைப்பிலோ இருந்தாலோ அது ஏற்றுக்கொள்ளப்பட மாட்டாது.

ஓட்டப் பந்தயமாக இருந்தால, தகுதி பெற்ற தேசியக் கழகத்தாரால் ஒப்புதல் கொள்ளப்பட்ட நேரக் காப்பாளர்களால்தான் 'நேரம்' எடுக்கப் பட்டிருக்க வேண்டும். அந்தக் குறிப்பிட்ட நேரம் காட்டியான 'நிறுத்துக் கடிகாரங்கள்' கூட, தலைமை நேரக் காப்பாளரால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

பந்தயக் களமாக இருந்தால், 'மூன்று கள துணை நடுவர்கள்' தகட்டாலான அளவை நாடாவினால்

அளந்திருக்க வேண்டும். அவ்வாறு அளக்கப் பயன் படும் கருவியும் அரசாங்கத்தாரின் பரிசீலனைக்குட் பட்டிருந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும்.

தாண்டிய அல்லது எறிந்த தூரத்தை அல்லது உயரத்தை மீட்டர் அளவில் தருவது நல்லது.

மனுவை ஏற்றுக் கொண்ட தலைமைக் கழகக் குழுவின் தலைவர், செயலாளர், அதனை முறையோடு பரிசீலிப்பார்கள். அவர்களுக்கு அந்த வெற்றிச் சாதனையைப் பற்றி ஏதேனும் ஐயம் வந்தால், அந்தக் குழுவிற்கே முடிவினைக் கூறுகின்ற பொறுப் பினையும் விட்டு விடுவார்.

சாதனையை ஏற்றுக்கொண்டாலும் சரி, சாதனையை ஏற்றுக்கொள்ள இயலாத நிலை யில் இருந்தாலும் சரி, ஏன் ஏற்கவில்லை என்ற காரணத்தையும் உரியவருக்குத் தலைமைக் கழகம் அனுப்பும்.

தலைமைக் கழகம், உலக சாதனைகளின் பட்டியலைக் குறித்து வைத்துக் கொள்ளும். புதிதாக சாதனைகள் எழுந்தால் திருத்தம் செய்து, இல்லை யேல் உள்ளதை யெல்லாம் ஆண்டுக்கு ஒருமுறை ஒவ்வொரு நாட்டின் தேசியக் கழகங்களுக்கும் அனுப்பி வைக்கும்.

ஒவ்வொரு நாட்டின் தேசியக் கழகமும் தேசிய அளவில் நிகழ்கின்ற வெற்றிச் சாதனைக்காக, இதே முறைகளைத்தான் பின்பற்ற வேண்டும்.

7. முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்கள்
(Judges at the Finish)

முடிவெல்லைக் கோட்டிலே நின்றுகொண்டு, ஓடிவருகின்றவர்களிலே வெற்றி பெறுகின்றவர்களை, முதல்வர், இரண்டாமவர், மூன்றாமவர் என்று கண்டு தேர்வு செய்வதற்காகக் குறைந்தது 4 துணை நடுவர் களாவது தேவைப்படுவர்.

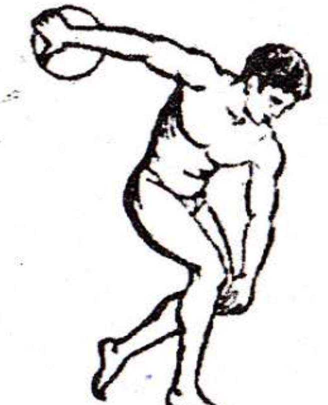
அவர்கள், ஓடி வருகின்றவர்களின் தலையோ, கைகளோ, கால்களோ, நெஞ்சு பாகமோ அல்லது உடலின் ஏதாவது ஒரு பாகம் முடிவெல்லைக் கோட்டைக் கடந்திருக்கும் நிலையைப் பார்த்தே கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.

முடிவெல்லைக் கோட்டைத் தொட்டால் மட்டும் போதாது. கோட்டைக் கடந்தவர்களே ஓட்டத்தை முடித்தவர்கள் என்று கருதப்படுவார்கள்.

துணை நடுவர்கள் தங்களுக்குள்ளேயே, யார் யாரைத் தேர்வு செய்வது (முதலாமவர், இரண்டா மவர் என்பதாக) ஓட்டப் பந்தயம் தொடங்கு வதற்கு முன்கூட்டியே தீர்மானம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

முடிவெல்லைக் கோட்டிலே இரு பக்கங்களிலும் நிறுத்தப்பட்டிருக்கும் கம்பங்களுக்குப் பின்னே கொஞ்ச தூரம் தள்ளியே நின்று கொண்டிருந்தால், ஒரே மாதிரியாக ஒன்று போல் நெருங்கி, ஓட்டி, ஓடி வருபவர்களைத் தெளிவாக கண்டு கொள்ளவும் தேர்வு செய்யவும் வசதியாக இருக்கும்.

அவர்களுக்குள்ளே எடுக்கின்ற முடிவு பற்றி ஏதேனும் சிக்கல் எழுந்தால் அவர்களில் பலர் என்ன அபிப்பிராயம் கொண்டிருக்கிறார்களோ அந்த முடிவே சரியென ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும்.



4. போட்டிகளை நடத்தும் முறைகள்

அ. உடலாளர்களுக்கு சில குறிப்புக்கள்

ஓட்டப் போட்டிகளில்: இறுதிப் போட்டிகளில் பங்கு பெறுதற்கும் தகுதி பெறுவதற்கும் முன்னர், முதல் கட்டப் போட்டிகளில் (Heats) கலந்து கொண்டு அவைகளிலே முதன்மையான இடத்தைப் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

ஓட்டப் பந்தயங்களில், அதிக வீரர்களை ஒரே சமயத்தில் ஓட விட முடியாதாகையால், அவர்களை ஆறு ஆறு பேராகப் பிரித்துத்தான் ஓட விடுவார்கள். அவர்களிலே முதலாவதாக வரும் இருவரையோ அல்லது மூவரையோ (தேவைக்கேற்றபடி) தேர்ந் தெடுத்து, இறுதிப் போட்டிக்குத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்வார்கள்.

ஆறு பேர்களாக ஏன் பிரிக்க வேண்டும் என்றால், ஓடும் பந்தயப் பாதைகள் மொத்தமே ஆறுதான் இருக்கும். அதை அனுசரித்துத்தான் பிரிக்கின்றனர்.

அவ்வாறு பிரிக்கும் பணியை, அந்தந்த விளை யாட்டு விழாவை நடத்தும் குழுவினரே மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அகில உலக அளவிலே நடக்கும் போட்டி என்றால், ஒவ்வொரு நாட்டையும் நினைவில் கொள்வர் தேசியப் போட்டி என்றால் மாநிலங்கள்; மாநிலப் போட்டி என்றால் மாவட்டங்கள்; மாவட்டப் போட்டி என்றால் வட்டங்கள்; பள்ளிகள் என்றால் அவர் களுக்குள்ளே பிரிக்கப்பட்டிருக்கும் குழுவின்படியே (House) உடலாளர்களைத் தேர்ந்தெடுப்பார்கள்.

ஆகவே, குழுவுக்கு ஒருவர் இருவர் என்று தேர்ந்தெடுத்து, இன்னும் அவரவர்களுடைய திறமை, அதற்கு முன் நிகழ்த்தியிருக்கும் சாதனை இவைகளை அறிந்து கொண்டு, திறமையுள்ளவர்களை யெல்லாம் ஒரே கட்டத்தில் ஓட விடாமல் பிரித்துப் பகுத்து, பல ஓடும் வரிசை முறைகளை ஏற்படுத்துவர். ஒரே வரிசை முறையில், ஒரே குழுவைச் சேர்ந்த பலர் பங்குகொள்ளாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நடுவர் ஏதாவது மாற்றியிருந்தாலொழிய, ஒரு போட்டியாளர் ஒரு ஓட்ட நிகழ்ச்சியின் முதல் கட்டத்தில் தன் பெயருள்ள ஓடும் வரிசை முறைப்படி, ஒரு முறைதான் ஓட வாய்ப்புண்டு.

போட்டியிடும் ஓட்டக்காரரை உடனுக்குடன் ஓட விட்டு இன்னல் தராமல் இருக்கும் பொருட்டு, ஒரு நிகழ்ச்சிக்கும் மற்றொரு நிகழ்ச்சிக்கும் இடை நேரமாக, ஒரு சில போட்டிக்குரிய விதிகளைக் குறித்திருக்கின்றனர். அவைகளை முடிந்தவரை முறையாகப் பின்பற்ற வேண்டும்.

200 மீட்டர் ஓட்டப் பந்தயம் வரைக்கும் ஓய்வு - 45 நிமிடங்கள்

200 மீட்டர் ஓட்டத்திற்கு மேல்

10000 மீட்டர் வரைக்கும் - 90 நிமிடங்கள்

10,000 மீட்டா பந்தயத்திற்கு மேல் - 3 மணி நேரம்

நேராக ஓடும் பாதையில் ஓடுவதாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது வட்டம் சுற்றி வளைவுப் பகுதியில் ஓடுவதாக இருந்தாலும் சரி, ஓடுகின்ற ஓட்டக்காரர்கள், தாங்கள் கடக்க வேண்டிய முழு தூரத்யையும் கடக்கின்ற வகையிலே வாய்ப்புக்கள் உண்டு. ஓடி முடிக்கும் எல்லைக் கோட்டை அவர்கள் கடந்தால்தான் நிகழ்ச்சியை ஓடி முடித்ததாகக் கருதப்படுவார்கள்.

தொடங்குகின்ற இடத்திலும், போட்டி ஓட்டம் முடிகின்ற இடத்திலும் 2 அங்குல அகலத்தில் சுண்ணாம்புக் கோடுகள் போடப்பட்டிருக்கும். முடிவிடத்தில், அதே அகலக் கோட்டுடன் முடிவிடத்தைக் காட்டுவதுபோல, கோட்டிற்கு ஓடி அப்பால் (30 செ.மீ.) இரண்டு கம்பங்களை இரு பக்கங்களிலும் ஊன்றி வைத்திருப்பார்கள்.

துப்பாக்கி ஒலியாலோ அல்லது விசில் ஒலியாலோ ஓட்டம் தொடங்கி வைக்கப்படும். **'உங்கள் இடங்களில் நில்லுங்கள்'** (On your marks) என்று ஓட விடுபவர் கூறியவுடன், ஓடுவோர் அவரவர் இடங்களில் நிற்க வேண்டும் **'தயாரா'** (Ste) என்று அவர் ஆணைப் பிறக்கும்போது, எல்லோரும் கோட்டைத் தொடாமலும் கோட்டிற்கு அப்பால் காலையோ வைக்காமலும், **அசையாமலும்** (Still) இருந்து, ஒலி கேட்டவுடன் ஓட வேண்டும்.

முறை மாறியோ, விதி மாறியோ ஒலிக்கு முன்னே 'ஓடுவோர், மீண்டும் அழைக்கப்படுவார். பின் பற்றி ஓடுகின்ற அத்தனை பேருந்தான். 'தவறான தொடக்கம் (False start) என்று தவறு செய்தோர் எச்சரிக்கப்படுவார். இரண்டு முறை தவறியவர், அந்தப் போட்டியில் (Pentathlan or Decathlon) கலந்து கொள்வோர் மூன்று முறை தவறினாலும், குறிப் பிட்டப் போட்டியில் பங்கு பெறும் வாய்ப்பை இழப்பர்.

தவறாகத் தொடங்கி ஓடுவோரைக் கண்டவுடன் மற்ற ஓட்டக்காரர்களும் ஓடத் தொடங்குவது இயற்கையே. ஆகவே, ஓடத் தொடங்கிய எல்லோ ரையும் எச்சரிக்காமல், ஓடத் துவக்கிய ஆளையே தவறுக்கு வழிகாட்டியவர் என்று எச்சரிக்க வேண்டும். முடிந்தால் அதற்குரிய தண்டனையைக் கொடுத்துத் தண்டிக்கவும் வேண்டும்.

ஒவ்வொருவரும் தங்களுடைய 'ஓட உதவும் சாதனத்தை' (Starting Block) பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆனால், சாதனத்திலே தொடர்பு கொண்டிருக் கின்ற இரண்டு கால்களும் தரையுடன் தொடர்பு கொண்டிருக்கவும் வேண்டும் என்பதை உணர வேண்டும்.

உடை: ஓட்டக்காரர்கள் ஓட்டத்தில் பங்கு பெறும் போது அணிகின்ற உடையானது தூயதாகவும், போட்டிக்கென்றே தகுந்த முறையில் தயாரிக்கப்

பட்டதாகவும், பிறர் அது பற்றித் தடை சொல்லாத நிலையிலும், மழை பெய்யும் காலத்தில் உடல் நனைந்தால் உள்ளழகினை வெளிப்படுத்துகின்ற மெல்லிய துணியல்லாதவற்றிலும் உடை அமைந்திருக்க வேண்டும்.

காலணி: போட்டியில் வெறுங்காலுடன் பங்கு பெறலாம். கால்களில் காலணி அணிந்தும் பங்கு பெறலாம்.

ஒரு காலுக்குக் காலணியும், மற்றொரு காலை வெறுங்காலாக வைத்துக்கொண்டும் பங்கு பெறலாம். காலணி உபயோகிப்பது என்பது, தரையிலே கால்களைப் பதித்துக் கொண்டு ஓட, ஓர் பிடிப்பு (Grip) இருக்க வேண்டும். போட்டி நேரத்தில் எந்த வித நோவும் பாதங்களுக்கு வரக்கூடாது என்பதற்காவே காலணிகளை அணிய வேண்டும் என்று கூறுகிறோம்.

விருப்பம் உள்ளவர்கள் காலணிகளை அணிந்து கொள்ளலாம். வேண்டாதவர்கள் விருப்பம் போல நடந்து கொள்ளலாம். ஆனால், அணிந்து கொள்ளும் காலணி, கால்களுக்குப் பாதுகாப்புத் தருவதாக இருக்க வேண்டுமே தவிர, அது போட்டிக்கு ஊக்கம் தருகின்ற உதவி சாதனங்கள் இணைந்ததாக இருக்கக் கூடாது.

அணிந்து கொண்டிருக்கும் காலணிகள் ஓடவோ, தாண்டவோ தூண்டும் சாதனங்களைக் (Spring) கொண்டதாக இருக்கக் கூடாது. எல்லாவிதமான

உபகரணங்களை கொண்டிருந்தாலும், அவை 0.5" கனத்திற்குமேல் அமைந்ததாகவும், காலணியில் அடித்தட்டிலுள்ள முன்பாகத்தைவிட குதிகால் பாகம் 0.25 அங்குலத்திற்கு மேல் கனமுள்ளதாகவும் இருக்கக் கூடாது.

பந்தயக் காலணியில் (Spile) உள்ள ஆணிகளின் எண்ணிக்கை மொத்தம் 8. அவை முன் தட்டில் 6ம் பின் தட்டில் 2ம் என்ற எண்ணிக்கையுடன் இருப்பதுடன், 1 அங்குல உயரமும் 0.16 அங்குல அகலத்திற்கு மிகாமலும் இருக்க வேண்டும்.

காலணிக்கு உள்ளேயோ, வெளியேயோ வேறு எந்தவிதமான உதவி சாதனங்களையோ மற்றும் தூண்டும் சாதனங்களையோ பயன்படுத்தக்கூடாது.

எண்: ஒவ்வொரு உடலாளரும், தனது பனியனில், மார்புக்கு முன்னால், முதுகுப்புறத்தில் என்று இரண்டு எண்களைத் தெளிவாகத் தெரியும் படி வைத்திருக்க வேண்டும்.

விளையாட்டுடையில் (Track Suit) பங்கு பெற வேண்டும் என்று விரும்புகின்ற உடலாளர், அந்த உடையில் தனக்குரிய எண்களைத் தைத்துக்கொண்டு இருக்க வேண்டும்.

உயரத் தாண்டுதல், கோலூன்றித் தாண்டுதல் போன்றவற்றிற்கு மட்டும், ஒரு புறம் எண் இருந்தால் போதுமானது. ஆனால் எண்ணை அணியாத எவரும் போட்டியில் பங்கு பெற அனுமதிக்கப்பட மாட்டார் கள்.

பந்தய நேரத்தில், மற்றொரு போட்டியாளரைத் தள்ளுவதும், இடிப்பதும், குறுக்கே ஓடுவதும், கிறுக்குத் தனமாகத் தடை செய்வதும் மற்றவரின் முன்னேற்றத்தைத் தடுப்பதும் கடுமையான குற்ற மாகும். போட்டியிலிருந்து விலக்கப்படுவதே அதற் குரிய சரியான தண்டனையாகும்.

ஓட்டப் பந்தயத்தில் இவ்வாறு யாராவது பாதிக்கப்பட்டிருந்தால், தவறு செய்பவரை விலக்கவும், விலக்கப்பட்டவரை வெளியேற்றி விட்டு, மீதியுள்ளவர்களை வைத்து, மறுமுறையும் அந்தப் போட்டிக்குரிய நிகழ்ச்சியை நடத்தி வைக்கவும், அதுவே முதல் கட்டப் போட்டியாக (Heat) இருந்தால், தொடர்ந்து வருகிற அடுத்தக் கட்டப் போட்டிகளில் (Heats) பங்கு பெறச் செய்து, பாதிக்கப்பட்டவருக்கு உரிய வாய்ப்பை வழங்கவும் நடுவருக்குப் பூரண அதிகாரமுண்டு.

தாண்டும் அல்லது எறியும் போட்டிகளில் பங்கு பெறும் ஒரு உடலாளர், இது போன்ற சூழ்நிலையில் பாதிக்கப்பட்டால், அவருக்கு மீண்டும் ஒரு வாய்ப்பை நடுவர் வழங்கலாம்.

ஓட்டப் பந்தயத்தில் பங்கு பெறும் உடலாளர் தங்களுக்கெனத் தரப்பட்டிருக்கும் 'ஓடும் பாதையில்' (Lane) தான், எந்தப் போட்டியாயினும், தொடக்கத்தி லிருந்து முடிவு வரை ஓட வேண்டும்.

அவர்கள் தங்களுக்குரிய பாதையில் ஓடாமல், பாதை மாறியோ அல்லது பாதைக்கு வெளியேயோ

ஓடினால், ஓடியதாக வட்டக் குறிப்பாளர்கள் கூறினால், ஓட்டக்காரர்கள் வேண்டுமென்றே ஓடவில்லை என்றாலும், அதனால் அவர்கள் பயனடைந்தார்கள் என்று நடுவர்கள் கருதினால், அந்தப் போட்டியி லிருந்து அவரை விலக்கிவிட, நடுவருக்குப் பூரண அதிகாரமுண்டு என்பதை உடலாளர்கள் என்றும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

தானாகவே தனது ஓடும் பாதையை விட்டு வெளியேறிய வீரர், மீண்டும் அந்தக் குறிப்பிட்ட ஓட்டப் பந்தயத்தில் கலந்துகொள்ள அனுமதிக்கப்பட மாட்டார்.

தொடரோட்டப் போட்டிகளில் குறுந்தடியை (Baton) கைமாற்றிக் கொள்வதற்காக (Exchange) ஓடும் பாதைகளின் நடுவே, தங்களுக்குச் சாதகமாக, எந்தவிதக் குறியீடுகளையும் அமைத்துக் கொள்ளக் கூடாது என்பதையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இனி, களப்போட்டிகளில் கலந்து கொள்ளு கின்ற (Field Events) உடலாளர்கள் கவனிக்கவும்.

களப்போட்டியில் கலந்து கொள்ளுகின்ற உடலாளர்கள் தங்களுக்குரிய எறியும் வாய்ப்பை அல்லது தாண்டும் வாய்ப்பை ஒருமுறை இழந்து விட்டால் மீண்டும் அவர்கள் அந்த வாய்ப்பு முறையை (Turn) பெற முடியாது.

ஒருவேளை அவர்கள் ஓட்டப் பந்தயத்திலும் மற்றும் வேறு ஒரு களப் போட்டியிலும் ஒருசேரப் பங்குபெறும் நிலையிலிருந்தால், துணை நடுவர்கள்

அவர்களுக்குரிய வாய்ப்பைக் கொடுத்து, மற்றப் போட்டிகளுக்கும் அனுப்பி வைக்கலாம்.

ஆனால், எல்லா வாய்ப்பையும் எறிந்துவிட்டோ, தாண்டி விட்டோ போகிறோம் என்று அவர்கள் வற்புறுத்த முடியாது. வராமல் தவறிப் போன வாய்ப்பையும் திரும்பப் பெற்றுக் கொள்ளமுடியாது.

உடலாளர்கள் தங்களுக்குரிய வாய்ப்பைப் பெறுவதற்கும், ஓய்வு எடுத்துக் கொள்வதற்கும் ஓய்வு கால அளவு உண்டு.

உயரத்தாண்டுதல், நீளத்தாண்டுதல், மும் முறைத் தாண்டுதல, குண்டெறிதல், தட்டெறிதல், வேலெறிதல் முதலியவற்றிற்கு 2 நிமிட நேரமும்; கோலூன்றித் தாண்டலுக்கு 3 நிமிட நேரமும் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்பதை உணர வேண்டும்.

தனக்குரிய எரியும் அல்லது தாண்டுதம் வாய்ப்பு எப்பொழுது, யாருக்கு அடுத்து வருகிறது என்பதை அறிந்திருந்தாலும் சரி, அல்லது நடுவர்கள் வாய்ப் பினைத் தர அழைத்தாலும் சரி, உடனே அவர்கள் எறியவோ தாண்டவோ வந்து பங்கு பெற வேண்டும்.

காரணமில்லாமல், பங்கு பெற வந்து வீணே நிற்பவர்களும் காரியமாற்றாமல் தாமதப்படுத்துகிறவர் களும் தங்களுக்குரிய வாய்ப்பை இழந்துவிடுகின்றார் கள். அவரது பெயருக்கு முன்னால், பதிவுப்பட்டியலில் 'வாய்ப்பிழந்தோர்' (Fault) என்றவாறு குறிக்கப் பெறும்.

மீண்டும் அதேபோல், போட்டியில் கலந்து கொள்ளத் தாமதம் செய்தால், அவர்கள் அந்தக்

குறிப்பிடப்பட்ட போட்டியிலிருந்தே விலக்கப்படு வார்கள்.

கோலூன்றித் தாண்டல், குண்டெறிதல், தட்டெறிதல், வேலெறிதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகளில், கைகளுக்கு சரியான 'பிடிப்பு' (Grip) ஏற்படப் பயன்படும் பொருள்களை, கைகளுக்கு மட்டுமே பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆனால், எல்லாப் போட்டியாளர்களும் ஒன்றை மட்டும் நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உடலாளர்கள் தங்களுடைய உடலிலுள்ள தசைகள், நரம்புகள் மற்றும் உறுப்புக்கள் அனைத்தும், விளையாட்டுத் திறனை மிகுதியாகப் பெறுவதைத் தூண்டுவதற்காகவும், களைப்புணர்ச்சி ஏற்படாமல் தடுப்பதற்காகவும் போதை பொருட்களைப் பயன் படுத்திக் கொண்டு போட்டிக்கு வரக்கூடாது.

அவ்வாறு பயன்படுத்துவது, உண்மையிலே உடலுக்குக் கெடுதி பயக்கும் என்பதோடு மட்டுமல்ல, அது நீதிக்கும் நேர்மைக்கும் புறம்பான செயலாம்.

பொழுதுபோக்குப் போட்டியாளர்கள் போதைப் பொருட்களைப் பயன்படுத்திக்கொண்டு வந்திருப் பதைப் போட்டி நேரத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட உடனேயே போட்டியிலிருந் நீக்கப்படுவார்கள்.

எங்கெங்கு அகில உலகக் கழகத்தின் விதிகள் பின்பற்றப்படுகின்றனவோ, அங்கெல்லாம் போட்டி யாளருக்குப் போதைப் பொருட்களைத் தந்து

தவுபவர்கள் கூட, போட்டிக் களத்தை விட்டே வெளியேற்றப்படுவார்கள்.

போதையுடன் இருக்கின்றார்களா என்பதைக் கண்டறியும் 'சோதனைக்குழு' நியமிக்கப்பட்டு இருக்கிறது. போதையுடன் இருப்பதைக் கண்டு பிடித்தாலும் சரி, அல்லது சோதனைக்கு வரமறுக்கின்ற உடலாளர்களும் போட்டியிலிருந்தே விலக்கப் படுவார்கள். அப்புறப்படுத்தப்படுவார்கள்.

பெண்கள் போட்டிக்கான போட்டிகளில் பங்கு பெறும் வீராங்கனைகள், தலைமைக் கழகம் அங்கீகரிக்கும் டாக்டரிடமிருந்து, போட்டியில் பங்குபெற உடலளவில் உடல் திறன் பெற்றுள்ளார் எனும் ஆதாரச் சீட்டுடன் வரவேண்டும். சில நேரங்களில், டாக்டரின் சீட்டின்றி வருபவர்கள், மூவரடங்கிய டாக்டர் குழு ஒன்றால் பரிசீலனை செய்யப்பட்டு, தகுதியை அறிந்த பிறகே பங்கு பெறும் வாய்ப்பினை வழங்கப் பெறுவார்கள்.

வெற்றி எண்: போட்டி நிகழ்ச்சிகளில் முதலாவதாக வந்தவருக்கு வெற்றி எண் 5, இரண்டாவதாக வந்தவருக்கு 3, மூன்றாமவருக்கு 2, இறுதியில் வந்த நான்காமவருக்கு 1 என்று வெற்றி எண்களின் விதத்துடன் வெற்றி பெற்ற வீரர்களுக்கு வழங்கப் படும்.

தொடரோட்டப் போட்டியில் பங்கு பெறுகின்ற குழுக்கள் இரண்டே இரண்டுதான் என்றால்,

முதலாவதாக வென்றக் குழுவிற்கு வெற்றி எண் 5. இரண்டாவதாக வந்த குழுவுக்கு வெற்றி எண் 2.

மூன்று குழுக்கள் பங்கு பெற்றால், 7, 4, 2 என்ற முறையில் வெற்றி எண் வழங்கப்படும்.

ஆறு குழுக்கள் (Teams) பங்கு பெற்றால், 7, 5, 4, 3, 2, 1 என்ற முறையில் வெற்றி எண்கள் வழங்கப் பெறும்.

(ஆ) நடுவர்களுக்கு சில குறிப்புக்கள்

முதலில் ஓட்டப் பந்தயங்கள் நடத்துவதற்குரிய விதி முறையைக் காண்போம்.

விரைவோட்டம்: (Sprint) விரைவோட்டம் என்பதில் 50 மீட்டர், 100 மீட்டர், 200 மீட்டர், 400 மீட்டர் என்று குறுகிய தூரத்திற்குள்ளேயே ஓடப் பெறுவதால் போட்டி அதிகமாகவே இருக்கும்.

முடிவெல்லைக் கோட்டை நெருங்கும்போது, ஏறத்தாழ எல்லோரும் சேர்ந்தாற்போலவே ஓடி முடித்தது போலவே வேடிக்கை பார்ப்பவர்களுக்கு தோன்றும். நடுவர்களுக்கும் தெரியும். கண்டு பிடிப்பதும் மிகவும் சிரமமான காரியந்தான். ஆகவே, நடுவர்கள் மிகவும் கூர்மையான பார்வையுடனும், கவனத்துடனும் இருக்க வேண்டும்.

ஓடி வருகின்ற வேகத்தைப் பார்த்த உடனேயே, இவன்தான் முதலாவதாக வந்தவன் என்று முடிவு கட்டிவிடக்கூடாது. அவன் ஓடிவந்து கோட்டைக் கடக்கின்றானா, பிடித்திருக்கும் நூலை முதலாவ

தாகத் தொடுகின்றானா, என்பதையும் கூர்ந்து நோக்க வேண்டும்.

கோட்டிற்கு அருகில் காலிருப்பவன் கோட்டைத் தன் உடலில் ஏதாவது ஒரு பாகத்தால் கடக்காம லிருக்ககூடும். அவனுக்கு ஒரு தப்படி பின்னா லிருப்பவன் உடலின் ஏதாவது ஒரு பாகத்தால் கோட்டை முதலில் கடந்திருக்கக் கூடும். ஆகவே, இது பிரச்சினையை எழுப்பக்கூடிய இக்கட்டான இட மாதலால் எல்லோரும் சுறுசுறுப்பாக இருந்து கவனித்துக் தெளிவு செய்ய வேண்டும்.

முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்களுக்குத் தலைமை தாங்குவோர், ஓட்டத்தைத் தொடங்கு வதற்கு முன்னரே, தாங்கள் யார் என்று கூறுவதற்கு முன்னரே, துணை நடுவர்களைத் தயாராக்கி விட்டுத் தான் சைகை தரவேண்டும். நடுவர் இந்த விஷயத்தில் ஓடவிடுபவருடன் மிகவும் நெருங்கி ஒத்துழைக்க வேண்டும்.

ஓடிவருகின்ற உடலாளர்களை நடுவர்கள் கடைசி 15 அல்லுது 20 கெஜ தூரத்திலிருந்தே உன்னிப் பாகக் கண்காணித்துக் கொண்டு வரவேண்டும். அவர்கள் நெருங்கி வர வர. முடிவெல்லைக் கோட்டில் பிடித்திருக்கும் கம்பளி நூலின் மேலேயே கவனமாகத் தங்கள் கண்ணோட்டத்தைப் பதித்திருக்க வேண்டும்.

அவன் கோட்டைக் கடந்து ஓடிய பிறகும்கூட அவனது எண்களின்மீதே தான் கண்காணிப்பவர் கண்களும் தொடர்ந்து செல்ல வேண்டும்.

இதேபோல்தான் எல்லா மாதிரியான விரை வோட்டங்களுக்கும் முடிவெடுக்கும் முறையைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

நெட்டோட்டங்கள் (Long distance) அனைத்திலும், இவ்வளவு 'ஒன்றுபோல் ஓடிவரும் நிலை' இருக்காது என்றாலும், நடுவர்கள் மிகவும் கவனத்துடன் இருப்பது நல்லது.

உயரே பறந்து கொண்டிருந்தாலும் கோழிக் குஞ்சு மேலே கண்ணோட்டத்துடன் இருக்கும் கருடன் போல, ஓடி வருகின்ற மீனுக்காகக் காத்திருக்கும் கொக்காகக் காத்திருப்பது முடிவினை எடுக்கின்ற போதும்கூட, குழப்பம் வந்துவிடும். அந்த சூழ்நிலை அப்படித்தான் உருவாகிவிடும்.

இரண்டு பேர் இயல்பாகவே 'சமமாகவே வந்து விட்டார்கள்' என்ற நிலையும் ஏற்படும். அப்போது இரண்டு பேரையுமே 'முதலாவதாக வந்தார்கள், என்று கூறிவிடவும் முடியாது. அந்தச் சமநிலையை (Tie) எவ்வாறு தவிர்ப்பது என்பதை நடுவருக்குரிய பொறுப்பு என்று விட்டுவிட வேண்டும்.

சமநிலையை சமாளித்தல்: ஓட்டப் பந்தயங்களில் முதல் கட்ட நிலையில் (Heat) சமநிலை ஏற்பட்டால், அடுத்தக் கட்டப் பந்தயங்களில் கலந்து கொள்ளலாம் என்ற சூழ்நிலை இருக்கிறது என்று நடுவர் கருதினால், மீண்டும் அவர்களைப் போட்டியின்றி அடுத்தக் கட்டத்திற்கு இருவரையும் அனுப்பலாம். நேரமும் காலமும் சூழ்நிலையும்

இருந்தால், அவர்களை மீண்டும் போட்டியில் ஓடச்செய்து முடிவெடுக்க வேண்டும்.

இறுதிப் போட்டியில் (Final) முதலாவது இடத்திற்கு இருவர் இடையே ஏற்பட்டு சமநிலை ஓட வைப்பதா இல்லையா என்பதை முடிவு செய்யும் அதிகாரம் நடுவருக்கே உண்டு.

மீண்டும் போட்டி நடுத்துவதற்கேற்ற கால அவகாசமும், சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையும் அமைந்தால், அமையும் என்று நடுவர் கருதினால், போட்டியை நடத்தலாம். அவ்வாறு நடத்த இயலாது என்று நடுவர் முடிவெடுத்தால், அந்த வெற்றியின் முடிவு அப்படியேதான் இருக்கும். இருவருக்குமே 'முதலிடம்' என்று தீர்மானிக்கப்பெறும்.

தொடரோட்டப் போட்டி (Relay Race): தொட ரோட்டப் போட்டியை நடத்தும் பொழுது, உடலாளர் கள் கையில் குறுந்தடி இருக்கிறதா என்பதை முதலில் பார்க்க வேண்டும்.

பங்குபெறுகின்றவர் அனைவரும் தங்களுக் குரிய இடங்களில் நிற்கின்றனரா என்பதையும், அவர்கள் கைமாற்றிக் கொள்ளும் பரப்பளவிலே குறுந்தடியை மாற்றிக் கொள்கின்றனரா என் பதையும் அவசியம் உன்னிப்பாகக் கவனிக்க வேண் டும். தவறுக்குள்ளான குழு, போட்டியிலிருந்தே விலக்கப்படுவதால், முடிவெடுப்பதற்கு முன்னர், நாம் விழிப்பாகவும், எச்சரிக்கையுடனும் இருக்க வேண்டும்.

போட்டியில், கடைசிவரை அவரவருக்குரிய பாதையில்தான் ஓட வேண்டும் என்ற விதிமுறை இருந்தால் அந்த நிலையை நிச்சயம் கண்காணிப்பது மிக முக்கியமான காரியமாகும்.

குறுந்தடியை மாற்றிக் கொள்கின்ற பரப்பளவு அவர் நிற்கும் கோட்டிலிருந்து முன்பாக 10 மீட்டர் தூரமும், பின்புறமாக 10 மீட்டர் தூரமும் உண்டு, அதற்குள் தான் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

'தான் எங்கே நின்று வாங்கினாலும் வசதியாக இருக்கும், என்று ஓர் உடலாளர் நினைத்தால், அந்த இடத்தில் தனது காலணியினால் தேய்த்து, சிறு அடையாளம் செய்து கொள்ளலாம். ஆனால், அதற்காக ஏதாவது ஒரு பொருளை வைத்து அடையாளம் என்று சொல்லக் கூடாது. அத்துடனும், ஒரு சிலர் பள்ளமே தோண்டி விடுவார்கள், அதை நடுவர் அனுமதிக்கக்கூடாது.

ஓட்டம் முடிவுபெறுகின்றவரை, குறுந் தடியை கையிலிருந்து நழுவவிடாமல் கொண்டுவர வேண்டும்.

தவறி, குறுந்தடி கீழே விழுந்துவிட்டால், பிறருடைய உதவியின்றி நழுவவிட்ட உடலாளரே எடுத்துக் கொண்டுதான் மீண்டும் ஓடிவர வேண்டும்.

முதல் கட்டப் போட்டியில் எந்த நான்கு பேர் கலந்து கொள்கின்றார்களோ, அவர்களே இறுதிப் போட்டிவரை கலந்துகொள்ள வேண்டும். இடையிலே யாருக்காவது காயம் பட்டாலொழிய.

அவரால் பந்தயத்தில் கலந்துகொள்ள இயலாது என்று இருந்தாலொழிய வேறு யாரையும் மாற்றக் கூடாது.

ஆனால், ஓடுகின்ற வரிசை முறையில் அவர்களுக்குக்குள்ளாகவே மாற்றிக் கொள்ளலாம். அதே சமயத்தில் ஒருவரே இரண்டு முறை ஓடுவதற்கும் அனுமதியில்லை. ஓடவும் கூடாது.

இது, குழுவாகச் சேர்ந்து தொடராக ஓடுவதால், ஒருவர் தவறு செய்தாலும், குழுவையே பாதிக்கும் என்பதால், தவறுக்குள்ளாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அடுத்து, கள நிகழ்ச்சிகளுக்குரியவற்றைக் காண்போம்.

கள நிகழ்ச்சிகளுக்கான பொறுப்பை ஏற்றிருக்கும் தலைமை நடுவர் (Chief Referee). போட்டிகளுக்காகப் பயன்படுகின்ற எல்லா உதவி சாதனங்களும் விதிகளுக்கேற்ற முறையில், தகுதியுடையனவாக இருக்கின்றனவா என்பதையும், வேண்டிய தளவாடங்கள் எவையாவது விடுபட்டிருக்கின்றனவா என்பதையும் முன் கூட்டியே பரிசோதித்துத் தேர்வு செய்து, தேர்ந்தவற்றையே போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்குத் தர வேண்டும்.

அவரின் கீழ் உதவியாளராகப் பணியாற்ற இருக்கின்ற அனைவரும், கள நிகழ்ச்சிகளை நடத்துவதற்காகத் தொடங்குவதற்கு முன்னர். கள நிகழ்ச்சியினால், ஓட்டப் பந்தய நிகழ்ச்சிகள் நடத்த ஏதாவது

இடையூறு வருமா என்பதையும் ஆராய்ந்தே தொடங்க வேண்டும்.

அவ்வாறு இருக்குமானால், கள நிகழ்ச்சிகள் என்றும் மெதுவாகத்தான் முடியும் என்பதனால், கள நிகழ்ச்சிகளுக்கும் இடையூறில்லாமல், விரைவாக முடிந்து விடுகின்ற ஓட்ட நிகழ்ச்சிகளும் தேங்கி நின்று பாதிக்கப்படாமல், பார்த்து நடத்தி விட வேண்டும்.

கள நிகழ்ச்சிகளின் தூரத்தையும், உயரத்தையும் அளக்கும்போது துணியினாலான அளவை நாடாவைப் பயன்படுத்தாமல், தகட்டாலான அளவை நாடாவையே (Steel tape) உபயோகிக்க வேண்டும்.

எறிகின்ற போட்டியில், எறிகின்ற ஒவ்வொரு போட்டியாளரான உடலாளரின் எறி முயற்சியையும், (தவறு இல்லாமல் இருந்தால் தாண்டும் முயற்சியையும் அளந்து குறித்துக் கொள்வது மிக மிக அவசியம்.

ஒரு முறை அதிகாரிகள் எடுக்கின்ற முடிவே இறுதியானது என்பதால், முடிவெடுப்பதற்கு முன்னரே நிதானமாகவும், உறுதியாகவும், தெளிவாகவும், எச்சரிக்கையாகவும் எடுக்க வேண்டும்.

கள நிகழ்ச்சிகளை நடத்த இருக்கின்ற எறி பரப்பு அல்லது தாண்டும் பகுதிகள், நிகழ்ச்சியை நடத்துகின்ற அளவுக்கு நல்ல நிலைமையில் இல்லை என்று (அதிகாரிகள்) துணை நடுவர்கள் கருதினால், அவசியமானால், இடத்தை மாற்றி அந்த நிகழ்ச்சியை

வசதியான பரப்பளவில் நடத்துவதற்கு நடுவருக்கு அதிகாரம் உண்டு.

ஆனால், ஒரு முறை ஒருவருக்கு வாய்ப்புக் கொடுத்திருந்தால், இடையிலே நிறுத்தாமல் எல்லோருக்கும் ஒவ்வொரு வாய்ப்புக் கொடுத்தவுடன்தான், வேறு இடத்திற்கு மாற்ற வேண்டும் என்பதை நினைத்து செயல்பட வேண்டும்.

உடலாளர்களைத் தாண்டுவதற்காகவோ அல்லது எறிவதற்காகவோ எண்ணையோ அல்லது பெயரையோ இட்டு அழைக்கும்போது, பெயர்ப் பட்டியலில் பதிவாகியுள்ள வரிசையின்படியே தான் அழைக்க வேண்டும். நடுவர் தனது விருப்பம் போல் அழைக்கத் தொடங்கினால், குழப்பமே முடிவாகத் தோன்றும்.

அதே சமயத்தில், இன்னொரு போட்டி நிகழ்ச்சிக்குப் போக வேண்டிய அவசியமும் கட்டாயமும் ஓர் உடலாளருக்கு இருந்தால், முன்னாலே அவருக்குத் தேவையான வாய்ப்பினைக் கொடுத்து அனுப்பலாம். அல்லது, மற்ற நிகழ்ச்சியை முடித்து வந்த பிறகு அவருக்குரிய வாய்ப்பினை வழங்கலாம். கால நேரம் பார்த்து இந்த நிலையை அனுசரித்து நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

உயரத் தாண்டும் நிகழ்ச்சிகளுக்காகப் பயன்படும் குறுக்குக் குச்சிகளும், அவைகளைத் தாங்கப் பயன்படும் ஆணிகளும் எல்லாம் ஒரே அளவு கனம், சுற்றளவு உள்ளனவாக இருத்தல் அவசியம் என்பதை

உணர்ந்து, அதற்கேற்ப உள்ளனவா என்பதை கண் காணிக்க வேண்டும்.

ஆணியின் நீளம் 3 அங்குலத்திற்கு மேற்படாத வாறும், மரத்தாலான குறுக்குக் குச்சியின் நீளம், கம்பங்களைத் தாண்டி 6 அங்குலத்திற்கு மேல் தாண்டிப் போகாதவாறும் அமைந்திருப்பது போல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

களநிகழ்ச்சிகளை எறியும் நிகழ்ச்சிகள், தாண்டும் நிகழ்ச்சிகள் என்று இரு வகையாகப் பிரிக்கலாம். முதலில் தாண்டும் நிகழ்ச்சிகளை எவ்வாறு நடத்தி முடிப்பது என்று காண்போம்.

1. உயரத் தாண்டல் (High Jump)

உயரத் தாண்டலுக்கு ஓடிவரும் பாதை 50 அடியிலிருந்து 57'3" நீளமாவது இருக்க வேண்டும்.

உயரத் தாண்டலுக்காக ஓடிவரும் உடலாளர், தாண்டும் பொழுது ஒரு காலால் தான் (தரையை) உதைத்தெழும்ப வேண்டும்.

குறுக்குக் குச்சியைத் தாண்டிக் கடக்கும் பொழுது, குறுக்குக் குச்சியைத் தட்டி விட்டுக் கீழே விழ வைத்தாலும் அது குறுக்குக் குச்சியைக் கடந்து தாண்டிக் கீழே குதித்து காலூன்றிய பிறகும், குறுக்குக் குச்சி கீழே விழுந்தாலும், தாண்டிய உடலாளர் தாண்டவில்லை என்றே கருதப்படுவர்.

உயரத்தாண்டுகின்ற உடலாளர், தேவையானால், ஓடிவரும் பாதையிலோ அல்லது உதைத்தெழும்பும்

இடத்திலோ (Take off) அல்லது உயரத்தைக் காட்டுகின்ற குறுக்குக் குச்சியின் மேலோ அடையாளம் தேவையென்று கருதினால், அதற்காக ஒரு சிறு கைகுட்டையோ அல்லது அதுபோன்ற ஏதேனும் ஒரு சிறு துண்டையோ பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆனால், அவ்வாறு வைக்கின்ற அடையாளம் குறிக்கும் பொருள்களை, விழாக் குழுவினர்தான் தந்திருக்க வேண்டும்.

அதே சமயத்தில், தாண்டிக் குதிக்கும் மணற் பரப்புப் பகுதியில் எந்தவித அடையாளத்தையும் (Mark) வைத்துக் கொள்ள அனுமதிக்கக்கூடாது. மீறிச் செய்வது மாபெரும் தவறாகும்.

உயரத் தாண்டும் போட்டிகளில், ஒவ்வொரு முறை குறுக்குக் குச்சி உயர்த்தப்படும் பொழுதெல்லாம் எத்தனை அங்குலம் உயர்த்தப்படுகிறது என்பதையும், எத்தனை அடி உயரம் தற்பொழுது இருக்கிறது என்பதையும் உடலாளர்களுக்கு நடுவர்கள் அவ்வப்போது அறிவித்துக் கொண்டேயிருக்க வேண்டும்.

தான் விரும்பும் எந்த உயரத்தில் இருந்தாவது, ஒரு உடலாளர் தன் விருப்பப்படித் தாண்டத் தொடங்கலாம் தொடர்ந்து மூன்றுமுறை ஒரு உயரத்தைத் தாண்டத் தவறினால், அவரை போட்டியினின்றும் வெளியேற்றி விடலாம். அவர் பெயருக்கு முன்னே ஒரு நீண்ட கோட்டைக் கிழித்து அவரை

நீக்கிவிட வேண்டும். தாண்டிய உயரத்தின் குறிப்பு மட்டும் அப்படியே இருக்க வேண்டும்.

உதாரணமாக, ஒரு உயரத்தைத் தாண்ட ஒருவர் முயற்சி செய்கிறார் என்று வைத்துக் கொள்வோம். இரண்டு முறை எடுத்துக் கொண்ட முயற்சியில் அவர் தோற்றுவிடுகிறார். மூன்றாவது முறையும் தோற்றால் அவர் நிச்சயம் வெளியேற்றப்படுவார். ஆனால் அவரோ தான் அடுத்த உயரத்தில் குறுக்குக் குச்சியை ஏற்றி வைக்கும்பொழுது, தாண்டுகிறேன் என்ற கூறினால், அவருக்குத் தாண்டக்கூடிய வாய்ப்பை அளிக்கலாம்.

ஆனால், அவர் அந்த ஏற்றப்பட்ட உயரத்தை முதல் முயற்சியிலேயே தாண்டி விட வேண்டும். அவ்வாறு தாண்டிவிட்டால், அவர் மேலே தொடர்ந்து தாண்ட அனுமதிக்கப்படுவார். இல்லையென்றால், அவரைப் போட்டியினின்றும் நீக்கிவிடலாம் ஏனென் றால் அவர் மூன்று முறை தொடர்ந்தாற்போல் தாண்டஇயலாமல் தவறி விட்டார் அல்லவா!

தொடர்ந்தாற்போல் உயரமாகத் தாண்டிக் கொண்டே போகின்ற உடலாளர், மற்றவர்கள் எல்லா ராலும் முடியாத உயர அளவைத் தாண்டிவிட்டு, மறுமுறை ஏற்றிய உயரத்தைத் தாண்ட இயலாது போனால், முன்னால் தாண்டிய உயரமே அவரது வெற்றிச் சாதனையாகும்.

இரண்டு கால்களால் தரையை உதைத் தெழும்பிக் குதித்துக் குறுக்குக் குச்சியை கடப்பதோ

(Dive), அதாவது நீச்சல் குளத்தில் மேலேயிருந்து தாவிக்குதிப்பது போல முக்குளிப்பதோ, அல்லது குட்டிக் கரணம் போடுவதுபோல் தாண்டிக் குதிப்பதோ, அனைத்தும் தவறானத் தாண்டும் முறையாகும்.

இந்த முறைகளில் ஒருவர் எவ்வளவு தாண்டினாலும் அது ஏற்றுக்கொள்ளப்படக்கூடாது. அதை ஆரம்பத்திலேயே தடுத்துவிட வேண்டும்.

உயரத்தைத் தாண்டுகின்ற முறையில், குறுக்குக் குச்சியின் மேலே முதலில் கடக்க வேண்டியது கால்களே, கால் உயர்ந்த பிறகுதான் மற்ற பாகங்களும் தலையும் மேலே எழும்ப வேண்டும். குறுக்குக் குச்சியைத் தலை முதலில் கடந்தால் அது தவறாகும். ஆகவே, உதைத்தெழும்பிய ஒருகாலோடு, மற்றொரு கால்தான் மேலேறும் என்பதையும், அவ்வாறுதான் அவர் முறையோடு தாண்டுகிறாரா என்பதையும் நடுவர் நன்றாகக் கவனிக்க வேண்டும்.

ஓடிவருகின்ற உடலாளர் தாண்ட முயற்சி எடுத்து, குறுக்குக் குச்சியின் கீழே ஓடி விட்டாலும் சரி, அல்லது குறுக்குக் குச்சியைக் கீழே கையால் தட்டி விட்டாலும் சரி, அது அவர் எடுத்துக்கொண்ட 'ஒரு' முயற்சி. (one Trial) என்றே பதிவேட்டில் அறிவிக்கப்பட வேண்டும்.

எல்லா உடலாளர்களும் தாண்ட இயலாமல் வெளியேறிய பிறகு, இறுதியில் இருக்கும் ஓர் உடலாளர், தான் தாண்ட விரும்பும்வரை, இயலும்வரை

உயரத்தை ஏற்றித் தாண்டிக்கொண்டே இருக்கலாம். அவருக்கும் அந்த 'மூன்று முறை தவறினால்' என்ற விதியுண்டு, அவருக்குத் தனியே, பலமுறை தாண்டு கின்ற வாய்ப்பினைத் தரக்கூடாது.

ஒவ்வொரு முறை குறுக்குக் குச்சி உயர்த்தப் படுகின்ற பொழுதும், உடலாளர் தாண்டுவதற்கு முன்னமேயே அந்த உயரம் அளந்து கொள்ளப்பட வேண்டும். அந்த உயரத்தையும் குறுக்குக் குச்சியின் நடுவிலிருந்து அதற்கு நேர்க்கோட்டிலுள்ள தரைப் பகுதி வரைக்கும் தகட்டாலான அளவை நாடாவைப் பயன்படுத்தியே அளக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு உடலாளரின் தாண்டுவதற்குரிய வரிசை முறையும், குலுக்குச் சீட்டின் மூலமே நிர்ணயிக்க வேண்டும்.

இந்தப் போட்டியில் சமநிலை வந்தால் (Tie) எப்படி சமாளிப்பது என்பதைக் கோலூன்றித் தாண்டும் போட்டி நிகழ்ச்சிப் பகுதியில் காண்க.

2. கோலூன்றித் தாண்டல் (Pole Vault)

உயரத் தாண்டும் போட்டிக்குரிய விதி முறைகள் தான் இந்தப் போட்டிக்கும் உண்ட என்றாலும், அடிப்படையில் சில மாறுதல்கள் உண்டு.

கோலுடன் ஓடிவந்து தாண்ட தாண்ட வேண்டுமல்லவா! அவ்வாறு வேகமாக ஓடிவந்து, கோலூன்றும் பெட்டியில் வேகமாக ஊன்றி மேலே தாண்டுவதற்கு ஏற்ற சக்தி கிடைக்கும், சரியான

அமைப்புக் கிடைக்கும் என்பதற்காக, ஓடிவரும் பாதையில் ஒரு சிலர் அடையாளம் இடுவார்கள்.

ஆனால் ஓடிவருகின்ற நடுப்பாதையில் அவர்கள் அடையாளமோ, குறியோ வைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. நடுவர் அனுமதியுடன் அவர்கள் (விழாக் குழுவினர்) தருகின்ற ஏதாவது அடையாளப் பொருளை ஓடி வரும் பாதையின் பக்கவாட்டில் பிறருக்கு இடையூறு தருவதாக இல்லாமல் வைத்துக் கொள்ள அனுமதிக்கலாம்.

குறுக்குக் குச்சியினை ஏற்றுவதின் மூலம் ஏற்படுகின்ற உயரத்தை நடுவர்களே தீர்மானிக்க வேண்டும். உடலாளர்களை அபிப்பிராயம் கேட்கப் போனால், பலரது கருத்தக்கள் அங்கே குவிந்து, குழப்பமே மேலோங்கி நிற்க வழியுண்டாகிவிடும். ஆகவே, தனியராக நின்று தீர்மானிப்பது நடுவர் கடமை.

ஒவ்வொரு முறையும் எத்தனை அங்குலங்கள் உயர்த்த வேண்டும் என்பதையும் நடுவரே தீர்மானிக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு உயரத்யையும் தாண்ட ஒவ்வொரு வருக்கும் மூன்று முறை வாய்ப்புண்டு. தவறியவர் வாய்ப்பை இழந்து விடுகிறார்.

ஒவ்வொருவரும் தான் விரும்பும் உயரத்தில் இருந்து தாண்டவே அனுமதியுண்டு. அதை நடுவர் கட்டாயப்படுத்தக்கூடாது.

உயர்ந்த கம்பங்களிலே நிற்கின்ற குறுக்குக் குச்சியை, ஒருவர் கீழே தள்ளிவிடாமல் மேலே கடந்தால்தான் தாண்டும் முறையில் வெற்றி பெற்றவ ராவர்.

கோலுடன் தாண்டுவதற்காக வேகமாக ஓடிவந்து, கோலூன்றித் தாண்டும் போட்டியில் கோலை ஊன்றித் தரையில் உதைத்து, தாண்ட முயற்சிசெய்து கால்களை உயர்த்தி எழுப்பிவிட்டு, அதற்குப்பிறகு கால்களைத் தரையில் ஊன்றி, தாண்டாமல் நின்று விட்டால், அவர் ஒரு முறை தாண்டுவதற்குரிய தனது வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தி விட்டார் என்றே குறிக்கப்பட வேண்டும்.

தரையோடு சம அளவாக இருப்பது போல் பதிக்கப் பெற்றுள்ள மரத்தாலான அல்லது உலோ கத்தாலான பெட்டியில் ஊன்றியே, தாண்டுதல் வேண்டும்.

தாண்டும்போது குறுக்குக் குச்சியைத் தட்டிக் கீழே விழச் செய்தவரும்; தாண்டுதற்காகத் தரையை விட்டு குதித்தெழும்பிய பிறகு, குறுக்குக் குச்சியைக் கடக்காமல் கீழே குதித்து விட்டவரும்;

பெட்டியில் கோலினை ஊன்றி, கோலின் உந்துதலினால் மேலே சென்ற பிறகு, கை அளவுக்குக் கீழே பிடித்து இருக்கும் ஒரு கையை மேலே இருக்கும், கையுடன் கொண்டு சென்று சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

ஆனால் மேற்புறம் இருக்கும் மேல் கைக்கு மேலே கீழே பிடித்திருக்கும் கைப் பிடியிலிருந்து கையை உயர்த்திக் கொண்டு சென்று, மேலே உள்ள கைக்கு உயரமாகப் பிடித்துக்கொண்டு தாண்டுபவரும், அல்லது மேலே பிடித்திருக்கும் கையை இன்னும் மேலே நகர்த்திக்கொண்டு சென்று தாண்ட முயற்சி செய்பவரும்;

(ஒரு முறை மேலும் கீழும் என்ற முறையில் கோலினைக் கைகளால் பற்றிக்கொண்டால், மேலே பிடித்தக் கையைத் தாண்டி முடிக்கும்வரை மாற்றவே கூடாது. அடிப்பாகத்திலிருந்து வரும் கீழ்க்கை மேல்கை வரையிலும் வரலாம். ஆனால் மேற்கையைத் தாண்டிப் போகக்கூடாது. அவ்வாறு போனால், அந்த உடலாளர் கோலின்மேல் பற்றிக்கொண்டு ஏறுவது போல தாண்டும் முயற்சியைச்செய்து அதிக உயரம் தாண்டக் கூடிய சர்க்கஸ்காரர் நிலையைப் போலாகிவிடும்.)

தாண்டுவதற்கு முன்னதாகவே, தன்னுடைய உடலாலாவது அல்லது தான் உபயோகிக்கும் கோலினாலாவது அல்லது தாண்டியுள்ள பரப்பை யாவது அல்லது தாண்டிக் குதிக்கின்ற பரப்பை யாவது தொட்டுவிடுபவரும்;

மேற்கூறியன எல்லாம், தவறாகி ஓர் உடலாளர் தனக்குரிய ஓர் தாண்டும் வாய்ப்பை இழந்தார் என்பதற்குரிய காரணங்களாகும்.

கோலிலே, கைப்பிடியின் இறுக்கத்திற்காகவும், பிடிப்புக்காகவும் (Grip) கட்டு போடப்பட்டிருக்கும். அதைத் தவிர, வேறெந்தவிதமான, தாண்டுவதற்கு உதவும் எந்த ஆதரவான அமைப்பும் அந்தக் கோலிலே இருக்கக்கூடாது.

தாண்டிக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே, தாண்ட உதவும் கோல் திடீரென்று முறிந்துவிட்டால், அதனால் அவரது தாண்டும் ஓர் வாய்ப்பு முடிந்து போகாது. மீண்டும் அவருக்கு அதே தாண்டும் வாய்ப்பை அளிக்க வேண்டும்.

உடலாளர், தான் குறுக்குக் குச்சியைத் தாண்டி மறுபுறம் குதித்த பிறகு, அவருக்காகத் தாண்ட உதவிய கோலானது, குறுக்குக் குச்சியின் பக்கமாகச் சாய்ந்து தட்டிவிட்டால், அதற்கு அவரே பொறுப்பாவார். தாண்டவில்லை என்றே அவர் பெயருக்கு முன்னால் குறிக்க வேண்டும்.

அவ்வாறு குறுக்குக் குச்சியின்மீது மோதுவது போல் கோல் சாயும்பொழுது, அதை யாரும் தடுக்கவோ மோதாதவாறு பிடிக்கவோ கூடாது. அதையும் மீறி யாராவது அதைத் தடுத்தாலும், பிடித்தாலும், அவர் அந்தத் தாண்டும் வாய்ப்பை இழந்ததாகவே கொள்ள வேண்டும்.

உடலாளர்கள் அனைவரும் அவர்களுக்குரிய தாண்ட உதவும் கோலையே பயன்படுத்த வேண்டும். மற்றவர்களுக்குரிய 'கோலை' அவர்களின் அனுமதியின்றி பயன்படுத்துதல் கூடாது. அனுமதி பெற்றுக்

கொண்டால் பயன்படுத்தலாம். ஆனால், அடுத்தவர்கள் 'கோலை'த் தந்துதான் ஆகவேண்டும் என்று யாரையும் யாரும் கட்டுப்படுத்தவோ, கட்டாயப் படுத்தவோ கூடாது, முடியாது.

தாண்ட உதவும் சாதனங்களான இரு பக்கத்தில் நிற்கும் இரு கம்பங்களையும் எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் இடமாற்றம் செய்யவே கூடாது.

உதைத்தெழும்புகின்ற தரைப்பகுதி, தாண்டுவோருக்கு சாதகமாகவும் சரியாகவும் இல்லை என்று நடுவர் உணர்ந்தால் ஒழிய, கம்பங்களை மாற்றுதல் கூடாது.

மாற்றித்தான் ஆகவேண்டும் என்று நடுவர் முடிவு செய்ய நேர்ந்தால், போட்டியில் பங்கு பெறுகின்ற அத்தனைபேரும், தாண்டுகின்ற ஓர் வாய்ப்பைப் பெற்ற பிறகே மாற்ற வேண்டும்.

உயரத் தாண்டலிலும், கோலூன்றித் தாண்டலிலும் முதலாம் இடத்திற்கு (சமநிலை) இருவர் வந்துவிட்டால் எப்படி சமாளிப்பது என்பதற்கு சில விதி முறைகள் உள்ளன. இம் முறைகளையே பின்பற்றி சமநிலையைத் தகர்த்துச் சரி செய்ய வேண்டும்.

1. எந்த உயரத்தில் உடலாளர்களுக்கு இடையில் தாண்ட முடியாமல் (இருவருக்கு அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு) சமநிலை ஏற்பட்டதோ, அந்த உயரத்தைத் தாண்டுவதற்கு அவர் எடுத்துக் கொண்ட குறைந்தளவு தாண்டும் வாய்ப்புக்களை (Lowest number of jumps) முதலில் கணக்கிட்டு, யார்

அந்தக் குறைந்த வாய்ப்பினைக் கொண்டிருக்கின் றாரோ, அவருக்கே முதலிடத்தைத் தர வேண்டும்.

2. இந்த முறையிலே எல்லோரும் ஒரே நிலையில் இருந்தால் அந்தப் போட்டியில், கடைசி உயரத்தைத் தாண்ட முடியாமல், தவறிழைத்த எண்ணிக்கையைக் கூட்டி, அதில் அதிகக் குறைவாக யார் தவறிழைத்திருக்கிறார்கள் (Less Numbers of Fouls) என்று கண்டுபிடித்து, அவருக்கே முதலாவது இடத்தைத் தர வேண்டும்.

3. மேலே கூறிய இரண்டு முறைகளையும் பயன்படுத்திய பிறகு, இன்னும் சிக்கல் இருந்தால், இந்த நிகழ்ச்சியில் கடைசியாகத் தாண்ட முடியாமல் போன உயரத்திற்கான முயற்சியையும் சேர்த்து, அந்த முயற்சிகளில், யார், குறைந்த எண்ணிக் கையில் தாண்டும் முயற்சியைக் கொண்டிருக்கின் றார்களோ (Number of Attempts) அவரே முதலாவது இடத்திற்கு உரியவர் என்று குறிக்க வேண்டும்.

இன்னும் சிக்கல் தீரவில்லை, குழப்பம் மாற வில்லை என்றால் சமநிலையில் உள்ள உடலாளர் களையெல்லாம் ஒருசேர அழைத்து, கடைசியாக அவர்கள் தாண்ட முடியாமல் தோற்ற உயரத்தைத் தாண்டுமாறு கூற வேண்டும். அதில் ஒரே முயற்சியில் யார் வெற்றி பெறுகின்றாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவராவார்.

யாராலும் அந்த உயரத்தைத் தாண்டமுடிய வில்லை என்றால், இன்னும் ஓரங்குலம் கீழே இறக்கி

வைத்துத் தாண்டுமாறு கூறவேண்டும். அந்த உயரத்தை, முதல் முயற்சியில் யார் தாண்டி வெற்றி பெறுகின்றாரோ, அவரே முதலாம் இடத்தைப் பெறுகின்ற தகுதியடைகின்றார்.

அதிலும் சிக்கல் உடையவில்லை என்றால், குறுக்குக் குச்சியின் உயரத்தை இன்னும் கீழே இறக்கிக் கொண்டே வர வேண்டும். யார் முதல் முயற்சியில் வெற்றி பெறுகின்றார் என்பதைக் கண்டு பிடித்தே சிக்கலைத் தீர்த்து ஒரு முடிவுக்கு வர வேண்டும்.

இரண்டாவது, மூன்றாவது இடத்திற்கு இது போல் போட்டி ஏற்பட்டு, சிக்கல் வந்தால், அந் தந்த வெற்றிக்குரிய இடத்தை அவரவர்களுக்கு அப்படியே அளித்துவிட வேண்டும். இரண்டாம் இடத்திற்கு 2 பேர் இருந்தால் இருவரும் இரண்டாம் இடத்திற்குரியவர் என்றே தீர்மானிக்க வேண்டும்.

3. நீளத்தாண்டல் (Long Jump)

நீளத்தாண்டலுக்கும், மும்முறைத் தாண்டலுக்கும், கோலூன்றித் தாண்டலுக்கும் ஓடிவரும் பாதையின் நீளமானது குறைந்தது 150 அடியிலிருந்து 147'6" இருக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு உடலாளருக்கும் 4 முறை தாண்டு கின்ற வாய்ப்புக்கள் உண்டு. அவற்றில் அதிக தூரம் தாண்டிக் குதித்த 6 பேரைத் தேர்ந்தெடுத்து, மீண்டும் அந்த ஆறு பேருக்கு 3 வாய்ப்புக்கள் கொடுக்க வேண்டும்.

அவ்வாறு தரப்பட்ட 6 முயற்சிகளில் எவர் அதிக தூரம் தாண்டியிருக்கிறாரோ, அவரே இறுதியில் வெற்றி பெற்றவராவார்.

ஓடிவந்து தாண்டக்கூடிய உடலாளர், இவ்வளவு தூரத்தில் இருந்துதான் ஓடிவந்து தாண்ட வேண்டும் என்ற நிலை இல்லை.

உதைத்தெழும்பும் பலகையின் முன்புறம் (அதாவது மணற் பகுதிக்கு அருகில் உள்ள பலகையின் பக்கமே முன்புறமாகும்) ஈர மணலால் கரை கட்டியிருக்கும். தாண்ட வருகின்ற உடலாளர், பலகையின் மீது கால் வைத்து உதைத்துத் தாண்டலாம், பலகை வரை ஓடி வந்து நிற்பது தவறல்ல.

ஆனால், மணலை மிதிப்பதோ, அல்லது அதற்கு நேர்க்கோட்டுப் பகுதியாக உள்ள எல்லையை பக்கவாட்டில் மிதிப்பதோ அல்லது கடப்பதோ தவறாகும். மணலை மிதித்துக்கொண்டு தாண்டியவரின் தாண்டிய தூரத்தை அளக்கக் கூடாது.

ஓடி வந்து மணலை மிதித்து விட்டு நின்றாலும் சரி, தாண்டினாலும் சரி, அவர் தாண்டக்கூடிய தனது ஓர் வாய்ப்பை, இழந்துவிட்டார் என்றே குறித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தாண்டிக் குதித்தவரது உடலின் எந்த பாகம் (ஈர மணலுக்கு அருகாமையில் உள்ளது போல) மிகக் குறைந்த தூரத்தில் தொட்டதோ அந்த இடத்தைத் தான் அமைக்க வேண்டும். (உ-ம்) ஒருவர் அதிக தூரம் தாண்டிக் குதித்து, (நிதானமிழந்து)

சமநிலையிழந்து முன்புறம் விழாமல் பின்புறம் கையை ஊன்றிவிட்டால், அவர் கையை ஊன்றிய இடத்திலிருந்து தான் அளக்க வேண்டும். அளக்கும்போது, நேர்க்கோட்டளவு இருப்பது போலவே, பலகைக்கும் தாண்டிய இடத்திற்கும் உள்ள தூரத்தை அளக்க வேண்டும்.

பலகை முடிந்து மணலின் கரை தொடங்கும் இடத்தில்தான் அளக்க வேண்டும். குதித்த இடத்தில் கால்பட்ட கரை இருக்குமிடந்தான் அளக்க வேண்டிய இடம், இந்த இடைப்பட்ட தூரம் தான் அளக்கப் படுமிடம் பலகைப் பக்கமிருந்து தாண்டாமல், இன்னும் அகலமாயுள்ள தரைப்பக்கமிருந்து தாண்டிக் குதித்தால் பலகைக்கு இணையாக நேர்க்கோடு ஒன்றை இழுத்து அங்கிருந்துதான் அளக்க வேண்டும்.

தாண்டிக் குதிக்கின்ற மணற் பரப்பின் அகலம் 9 அடியும், பலகையிலிருந்து அதன் நீளப்பகுதி 32 அடி 10 அங்குலமும் இருக்க வேண்டும்.

4. மும்முறைத் தாண்டல்

மும்முறைத் தாண்டல் என்பது, வேகமாக ஓடி வந்து உதைத்தெழும்பிய காலாலே எம்பிக் குதித்து நின்று, பிறகு அதே காலால் தாவி மறு காலால் நின்று பிறகு அந்தக் காலால் தாண்டிக் குதித்து இருகாலையும் மணற் பரப்பில் ஊன்றுவதாகும்.

அதாவது, இடது காலால் உதைத்தெழும்பி இடது காலில் நின்று, பிறகு இடக்காலால் தாவிக்

குதித்து வலது காலில் நின்று, பிறகு வலது காலால் உதைத்தெழும்பி இரண்டு காலாலும் மணற் பறப்பில் குதித்து நிற்பதாகும்.

இந்தப் போட்டியில் அதிக தூரம் தாண்டும் சூழ்நிலை உள்ளதால், உதைத்தெழும்பப் பயன்படும் பலகைக்கும் மணற் பரப்பிற்கும் உள்ள இடைப்பட்ட தூரம், அந்தப் போட்டியில் பங்கு பெற இருக்கின்ற போட்டியாளர்களின் திறமையைப் பொறுத்தே வைத்துக் கொள்ளலாம்.

பெரிய அளவில் நடக்கும் போட்டிகளில், பலகைக்கும் மணற் பரப்பு தொடங்குகின்ற இடத்திற்கும் உள்ள தூரம் 36 அடியிருக்கும். ஆகவே, இந்த விதிக்குட்பட்டுதான் இருக்க வேண்டும் என்று பள்ளிகளில் எல்லாம் முடியாது. நிலைமைக்கேற்றபடி பலகையைப் பதித்துக் கொள்ளவும்.

மும்முறைத் தாண்டும்போது, ஊன்றப்படும் காலைத் தவிர, பின் தொடர்ந்து வரும் கால், எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் தரையைத் தொடக் கூடாது. அவ்வாறு தொட்டால், அவரது முயற்சி 'தவறானது' என்று, அவரது தாண்டும் வாய்ப்பை அளக்காமல் விட்டுவிட வேண்டும்.

மற்ற விதிகள் எல்லாம் நீளத் தாண்டலுக்கு உள்ளவைகள் தான். அவைகளைப் பின்பற்றவும்.

நீளத் தாண்டலிலும், மும்முறைத் தாண்டலிலும் இருவர் ஒரே (நீளம்) அளவுள்ள தூரம் தாண்டி, சமநிலை வந்து சிக்கல் எழுந்தால் எப்படி சமாளிப்பது?

இருவரும் ஒரே அளவுள்ள தூரமாக இருந்தால் அவர்கள் அதற்கு முன் தாண்டிய முயற்சியில் எவ்வளவு தூரம் தாண்டியிருக்கின்றனர் என்பதைக் கண்டு பிடித்து, அதில் யார் அதிகம் தாண்டியிருக்கின்றாரோ (Next Best) அவரே வெற்றி பெறும் தகுதியை அடைகின்றார்.

அதிலும் இருவரும் சமமாக இருந்தால், அதற் கடுத்த வாய்ப்பைப் பார்த்து, அதில் யார் அதிகம் தாண்டியிருக்கிறாரோ அவரே வெற்றி பெற்றவ ராவார்.

அதற்காகத்தான், ஒவ்வொரு முறையும் உட லாளர்கள் தாண்டும்போது அளக்க வேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்துவது, சிக்கல் வரும் என்று நடுவர்கள் எப்பொழுதும், அதற்கு முன்னே ஆயத்த மாக இருந்து, விதிகளைப் பின்பற்றிப் பணியாற்ற வேண்டும்.

5. குண்டு எறிதல் (Putting the Shot)

7 அடி விட்டமுள்ள வட்டத்திற்குள்ளேயிருந்து தான் இரும்புக் குண்டை எறிய வேண்டும். எறியப் பயன்படும் கையின் தோளிலிருந்து தொடங்கி, ஒரு கையால் தான் குண்டை எறிய வேண்டும்.

தோளுக்குப் பின்புறம் இரும்புக் குண்டுடன் கை போகக் கூடாது. அவ்வாறு பயன்படுத்தி எறிதல் தவறான எறியாகும்.

எறியும்போது, எறிபவரின் கால் முன் பக்கமுள்ள 'தடைப்பலகையைத்' தொடலாம். ஆனால் அதன்

மேற்பரப்பை மிதிக்கவோ தாண்டவோ, கடக்கவோ கூடாது.

தடைப் பலகை (Stop Board) இல்லாமல், சுண்ணாம்பினால் கோடு போட்டிருந்தால், அந்தக் கோட்டைத் தொடவோ மிதிக்கவோ, அந்தக் கோட்டைக் கடந்து காலை மறுபுறமுள்ள தரையில் தொடவோ வட்டத்தைத் தொட்டுவிடவோ கூடாது.

எறிந்த பிறகு உடனே ஓடி விடாமல், (ஓடினால் தவறாகும்) பின்புறமுள்ள வட்டப் பகுதியின் வழியாகவே, (குண்டு தரையைத் தொட்டதும்) நிதானமாகத் தான் செல்ல வேண்டும்.

ஒவ்வொரு முறை ஒவ்வொருவரும் எறிந்த பிறகு (சரியான எறியை மட்டும்) அதைக் கட்டாயம் அளக்க வேண்டும்.

எறியப்பட்ட குண்டு விழுந்த இடத்திற்கும் வட்டத்தின் உள் அளவுப் பகுதிக்கும் (inner edge) இடைப்பட்ட தூரமே அளக்க இருக்கின்ற தூரமாகும்.

6. இரும்புக் குண்டு வீசி எறிதல் (Hammer Throwing)

7 அடி விட்டமுள்ள வட்டத்திற்குள்ளிருந்து, 16 பவுண்டு எடையுள்ள, கம்பி கோர்க்கப் பெற்றிருக்கும். இரும்புக் குண்டைப் பலமுறை சுற்றி வீசி எறியும் போட்டியே இரும்புக் குண்டு வீசி எறிதலாகும்.

வட்டத்திற்குள்ளிருந்து இரு கோடுகள் 45 அளவுடன் பிரிந்து போகின்ற பரப்பிற்குள் விழுகின்ற 'எறி தான் சரியானதென்று கொள்ள வேண்டும்.

எறிகின்ற உடலாளர், தனது விருப்பம் போலவே ஒரு கையாலோ அல்லது இரு கைகளாலோ இரும்புக் குண்டின் கைப்பிடியைப் பிடித்து எறியலாம்.

கைப்பிடியைச் சுற்றுவதற்காகவும், சரியான பிடிப்பு ஏற்படுவதற்காவும் தற்காப்புத் தரும் சாதாரண கையுறைகளைப் (Gloves) பயன்படுத்துவதற்கு, உடலாளரை அனுமதிக்க வேண்டும்.

இரும்புக் குண்டை சுற்றி எறிவதற்குமுன், முதலில் சுற்றுவதற்காக, இரும்புக் குண்டை வட்டத்திற்கு வெளியே கிடக்கவைத்து, அங்கிருந்தே தொடங்கலாம். அது தவறில்லை.

சுற்றத் தொடங்கும் ஆரம்பச் சுற்றுக்களில், தரை மீது குண்டு பட்டால் அது தவறில்லை. சுற்றத் தொடங்கிய பிறகு, கட்டாயம் எறிந்தேயாக வேண்டும். எறியாமல் நிறுத்திவிட்டால், ஒது ஓர் வாய்ப்பை பயன்படுத்தியதாகவே கருத வேண்டும். ஆகவே, அவர் உறுதியாக, கட்டாயம் எறிந்தே ஆகவேண்டும்.

இரும்புக் குண்டு எறியப்பெற்று கீழே விழுந்து தரையைத் தொடுவதற்குள், இவர் தடுமாறி வெளியே வட்டத்தைவிட்டு ஓடிவந்துவிட்டாலும் சரி, கீழே விழுந்து வட்டத்திலுள்ள கோட்டை மிதித்தாலும் சரி, அந்த எறியும் வாய்ப்பு தவறானது என்றே கொள்ள வேண்டும்.

எறிவதற்காக இரும்புக் குண்டைச் சுற்றும் பொழுதோ அல்லது எறிந்த பிறகு, உயரத்தில் இரும்புக் குண்டு செல்லும்பொழுதோ இரும்பு

குண்டின் கம்பியும் கைப் பிடியும் அறுந்து போனால், அதனால் எறிபவர், நிலை தடுமாறி கீழே விழுந்து விட்டாலும், அது தவறல்ல. மீண்டும் அவருக்கு அதே எறியும் வாய்ப்பை அளிக்க வேண்டும்.

எறியும்பொழுதும் சரி, எறி முடிந்த போதும் சரி, அவர் எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் வட்டத்திற்கு வெளியேயோ, அல்லது வட்டத்தின் கோடுகளையோ தாண்டவே கூடாது. கோட்டை மிதிக்கவோ, முழுதையும் மிதித்து மறுபுறம் உள்ள தரையைக் தொடுவதோ தவறாகும்.

ஒவ்வொரு உடலாளருக்கும் முதலில் மூன்று முறை எறிகின்ற வாய்ப்புக்கள் உண்டு. அவர்களில் அதிக தூரம் எறிந்த ஆறுபேர் தேர்ந்தெடுக்கப் படுவார். அவர்களுக்கு மீண்டும் மூன்று வாய்ப்புகள் உண்டு.

இவ்வாறு பெற்ற ஆறு வாய்ப்புகளில், எவர் அதிக தூரம் எறிந்திருக்கின்றாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவராவார்.

7. தட்டெறிதல் (Discus Throwing)

8' 2.5"(2.50 மீட்டர்) விட்டமுள்ள வட்டத்திற் குள்ளேயிருந்தே எறிய வேண்டும்.

ஒரு கையினால் தட்டைப் பற்றிக்கொண்டு எறியலாம். வட்டத்திற்குள்ளேயும் சுற்றிச் சுற்றி வேகமாக சுழன்று (Pivot) தட்டை எறியலாம்.

ஆனால், இரு கைகளையும் தட்டை எறியப் பயன்படுத்தக் கூடாது. அது தவறாகும்.

எறிப் பரப்பிற்குள்ளே விழுகின்ற எறிதான் (Throw) சரியான எறியாகும்.

இரும்புக் குண்டெறிதலுக்கான அத்தனை விதிகளும் இதற்கும் பொருந்தும் என்பதால், அதற்குரிய விதிகளைப் பின்பற்றுக.

8. வேலெறிதல் (Javelin Throwing)

வேலெறிவதற்காக வேகமாக ஓடி வருகின்ற ஓடிவரும் பாதையின் நீளம் குறைந்தது 120 அடியாவது இருக்க வேண்டும்.

ஓடி வருபவர் வேகமாக ஓடிவந்து எறிந்தாலும் வேலில் உள்ள 'பிடிப்பில்' (Grip) இருந்து பிடித்துக் கொண்டுதான் வேலினை எறியவேண்டும்.

எறியப் பெற்ற வேலானது தரையில் தனது தலைப்பாகமான இரும்புக் கூர்முனையில் குத்திக் கொண்டு விழுந்தால் தான் அது சரியான எறியாகும்.

எறிந்த பிறகும்கூட, எதிரில் உள்ள கோடுகளைத் தொடவோ, தாண்டவோ கூடாது. ஆனால் எறிந்த பிறகு, பக்கவாட்டில் உள்ள கோடுகளைத் தாண்டிக் கொண்டு செல்லலாம்.

வேலை, சுற்றி எறியக்கூடாது. தோளுக்கு மேலே இரும்புக்குண்டு எறிவதுபோல வைத்தோ, எறியப் பயன்படும் கைக்கு மேல் பகுதியில் வைத்தோதான் வேலை வேகமாக எறியலாம்.

எறிபரப்பிற்குள்ளே விழுகின்ற எறிதான் சரியான தாகும்.

எறியப்பட்ட வேலானது இடைப்பட்ட பகுதியிலே முறிந்துபோனால், அது எறிந்தவர் தவறல்ல. ஆகவே, மீண்டும் அவருக்கு ஓர் வாய்ப்புத் தர வேண்டும்.

ஆகவே, எறியும் நிகழ்ச்சிகளில் வட்டத்திற்குள்ளேயிருந்து உடலாளர் எறியும்போது, விதிகளை முறையோடு பின்பற்றுகின்றாரா என்பதை ஒரு நடுவரும், எறியப்பட்ட வேல் விழுந்த இடத்தைப் பார்க்க ஒருவரும், அளந்து குறித்துக்கொள்ள இருவரும் என்ற முறையில் நான்கு துணை நடுவர்கள் இருந்தால் எளிதாகப் பணியாற்றலாம்.

எறி நிகழ்ச்சிகளில் சமமான தூரம் எறிந்து சமநிலை வந்துவிட்டால், கீழ்கண்டவாறு தீர்க்கலாம்.

யார் அதிக தூரம் எறிந்திருக்கின்றாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவர் ஆவர்.

இதில் சிக்கல் எழுந்தால், அவர்களுடைய இரண்டாவது சிறந்த அடுத்த எறிந்த தூரத்தைப் பார்த்து, யார் அதில் அதிகம் எறிந்திருக்கின்றாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவர் என்று அறிவிக்க வேண்டும்.

இன்னும் சிக்கல் வந்தால், அதற்கடுத்துள்ள எறியும் வாய்ப்பில் உள்ள அதிக தூரத்தை அறிந்து முடிவு செய்ய வேண்டும்.

5. விழா நாளும் வேண்டிய பொருட்களும்

எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்த ஏற்றமிகு விழா நாள் வருகின்றது. எத்தனை எத்தனையோ பணி களை ஆற்றிக் கொண்டிருந்த நெஞ்சங்கள், எப்படி எப்படியெல்லாம் நடக்குமோ என்ற எண்ணத்துடன் போராடிக் கொண்டிருக்கின்றன. நடையிலே வேகமும், நினைவிலே தாகமும் மிஞ்ச, விழாக் குழுவினர் அங்குமிங்கும் எண்ணம் அலைபாயச் செல்கின்றனர்.

பந்தய மைதானத்தைச் சுற்றி, வண்ணக் கோலங் களும், வளைவுகளும், வண்ணத் தாள்களும் பட படத்து, அழகைக் காட்டி நிற்கின்றன. எழுச்சிமிக்க விழாவல்லவா! இளைஞர்களும் தங்கள் திறமையைக் காட்ட, தருணத்தையல்லவா நோக்கிக் கொண்டிருந் தனர்! அந்த நாளும் வந்துவிட்டது. போட்டிக் களத்தை நோக்கிப் புறப்பட்டு விட்டனர்.

நாம், அதற்குள் வேண்டிய பொருளெல்லாம் சேகரிக்கப்பட்டு விட்டனவா அல்லது ஏதாவது விடுபட்டுப்போயினவா என்பதை அலசி ஆராய்ந்து பார்த்துவிடுவோம். விழா ஆரம்பம் ஆன பிறகு,

இடையிலே போய், தேவையான பொருட்களைத் தேடிக் கொண்டிருக்க முடியாதல்லவா! ஆகவே, ஒவ்வொரு போட்டிக்கும் வேண்டிய பொருட்களை வரிசைப்படுத்தி விடலாம்.

ஓட்டப் பந்தயக் களத்திற்குத் தேவையான பொருட்கள்:

1. கையால் உருட்டுகின்ற கல்லுருளை (Roller)

அவ்வப்போது ஓடும் அல்லது தாண்டும் பாதையை சமமாக உருட்டி விடவும், எறிந்து பள்ள மாகி விடுகின்ற இடங்களை சரிசமதளமாக வைத் திருக்கவும், சீராக ஆக்கவும் உதவும்.

2. தண்ணீர்த் தெளிக்கின்ற நீர்க்குழாய் (Hose)

வெயிலடித்துப் புழுதி கிளம்பாமல் பார்த்துக் கெள்ளலாம். தாண்டப் பயன்படும் மணற்பரப்பு சிறிதளவு ஈரமானதாக மேற்பகுதியுடன் இருந்தால் தான், குதிக்கின்ற இடத்தைச் சரியாகக் கண்டு பிடிக்கவும், அளக்கவும் இயலும். ஆகவே, தண்ணீர்க் குழாய் மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

3. குப்பைத் தொட்டி

மனிதர்கள் அதிகம் கூடி விட்டால், அங்கே எது எதுவோ நடக்கும் என்பார்கள். அதிகமாகக் குப்பையும் சேர்ந்துவிடத் தொடங்குமே! அதனால், அவ்வப் போது குப்பை கூளங்கள், காகிதம் முதலியவற்றைச் சேகரித்து, ஓரிடத்தில் கொட்டி வைக்க இரண்டு

குப்பைத் தொட்டிகள் இருந்தால், பந்தய மைதானத்தை சுத்தமாகவும் அழகாகவும் வைத்துக் காக்க உதவும்.

4. களைக்கொத்தி அல்ல சிறு மண்வெட்டி (Spade)

ஓட உதவும் சாதனத்தை (Starting Block) தரையிலே பதிப்பதற்காகவும், தேவையானபோது கொடிகளை நட மற்றும் சிறு குழிகளைத் தோண்டவும் களைக் கொத்திகளும் மண் வெட்டிகளும் உதவும்.

5. நூல் கயிறும் ஆணிகளும்

உடலாளர்கள் அங்குமிங்கும் நடப்பதாலும், அதிகாரிகள் மற்றும் பலர் குறுக்கே நடப்பதாலும், ஓடும் பாதை அழிந்துபோக ஏதுவாகும். ஆகவே, அதிக நீளமான நூல் கயிறும், அதை ஊன்றிப் பிடித்துக்கொள்ள ஆணிகளும் இருந்தால், விரைவாக கோடுகளை போட்டு வேகமாக நிகழ்ச்சிகளையும் நடத்த முடியும். பந்தயப் பாதையை மீண்டும் திருத்தியமைத்தால், தெளிவாகக் கோடுகள் தெரியும்.

6. கோடுகளைப் போட சுண்ணாம்புக் கூடையும்.

சுண்ணாம்பை ஒரு பெரிய கூடையிலே சேமித்து வைத்துக் கொண்டால், வேண்டும் என்று பலர் கேட்கிற பொழுது, அள்ளிக்கொண்டு சென்று தேவையைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ளலாம். அள்ளிச் செல்வதற்கு சிறிய தட்டுகள் இருந்தாலும் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

7. 4 அடி உயரமுள்ள இரு கம்பங்கள்.

ஓட்டப்பந்தய முடிவெல்லைக் கோட்டில் இருபுறமும் நிறுத்தி வைக்கப்படுகின்ற கம்பங்கள், வெள்ளை வண்ணப் பூச்சுடன் இருக்க வேண்டாம்.

8. கம்பளி நூற் கயிறு.

முடிவெல்லைக் கோட்டில், இரு பக்கமும் இருவர் இருந்து பிடித்துக் கொண்டு நிற்கப் பயன்படும் கயிறு, சரியான முடிவினைக் காட்ட உதவும்.

மேற்கூறிய பொதுவான உதவி சாதனங்களை வைத்துக் கொண்டு, பந்தய விழா தொடங்குவதற்கு முன்னமே, 'பந்தயப் பாதைகள் நன்கு உருட்டப்பட்டு, தெளிவான சுண்ணாம்புக் கோடுகள் இடப்பட்டு இருக்கின்றனவா; ஓட்டப் பந்தயத் தொடக்கக்கோடு, முடிவெல்லைக் கோடுகள் தொடரோட்டப் போட்டியின் குறுந்தடி மாற்றிக்கொள்ளும் எல்லைப் பகுதிகள், தடைகளை வைக்கின்ற இடங்கள் எல்லாம் சரியாக அளந்து வைக்கப்பட்டிருக்கின்றனவா" என்று பந்தயத் திடலைப் பார்வையிட்டு விட்டு, அதிகாரிகளுக்குத் தேவையான பொருட்களையும் கவனிப்போம்.

1. விசில்கள் (12)
2. நிறுத்துக் கடிகாரங்கள் (3)
3. கம்பளி நூல்
4. (ஓட விடும் ஒலி தருகின்ற) துப்பாக்கி (1)
5. துப்பாக்கிக்கான மருந்துத் தக்கைகள் (Carridges)

6. தொடரோட்டக் குறுந்தடிகள் (6)
7. வட்டத்தின் முடிவெல்லைக் கோட்டில் இருக்கம் நடுவர்களுக்கும், நேரக் காப்பாளர்களுக்கும் அமர்ந்திருக்க உயர்ந்த மேடை போன்ற இருக்கைகள்.

கள நிகழ்ச்சிகளுக்குத் தேவையான பொருட்கள்

1. 12 அல்லது 16 பவுண்டு எடையுள்ள இரும்புக் குண்டு
2. தட்டு (Discus)
3. வேல் (Javelin)
4. கைப்பிடியுள்ள இரும்புக் குண்டு (Hammer) மேலும் 2 அல்லது 3 மாற்றுக் கைப்பிடிகள்.
5. (தேவையான பொழுது, சாதனங்களை அளந்து பார்க்க) எடை அளக்கும் எந்திரம்.
6. உயரத்தாண்ட, கோலூன்றித் தாண்டப் பயன்படும் உயரக் கம்பங்கள்.
7. தாண்ட உதவும் குறுக்குக் குச்சிகள் (5 அல்லது 6)
8. தாண்ட உதவும் கோல் (Pole)
9. கோலூன்றித் தாண்டும் போட்டியில், உயரத்தில் உள்ள குறுக்குக் குச்சியை உயரமான இடத்தில் வைக்க உதவும் திரிசூலம் போன்ற அமைப்புள்ள குச்சிகள்.
10. தாண்டப்பெற்ற உயரத்தை அளக்க உதவும் அளவையுள்ள கோல்.

11. *நீளம் அல்லது உயரம் அளக்க உதவும் அளவை நாடா* (Steel tape)

(1) 50 அடி நீளம் கொண்டது (நீளத் தாண்டல், இரும்புக் குண்டு எறியும் போட்டிக்காக)

(2) 150 அல்லது 200 அடி நீளம் உள்ளது. (தட்டெறிதல், வேலெறிதல், இரும்புக் குண்டு வீசி எறிதலுக்காகப் பயன்படுவது)

12. *சுண்ணாம்புக் கோட்டால் ஆன 7 அடி விட்டமுள்ள எறிவட்டம்; 8'2½" விட்டமுள்ள வட்டம்.*

13. *தாண்டுகின்ற அல்லது எறிகின்ற உடலாளர்கள் அமர்ந்திருக்க நீண்ட பெஞ்சுகள்.*

இவ்வளவு பொருட்களையும் தயார் செய்து கொண்ட பிறகு, கள நிகழ்ச்சிகள் நடக்கின்ற இடங்களையும் விழா தொடங்குவதற்கு முன்னரே திருத்தமாக இருக்கின்றனவா, போட்டிகள் நடைபெறப் பொருத்தமாக அமைந்திருக்கின்றனவா என்பதையும் கவனிக்க வேண்டும்.

இதற்காக இரண்டு உதவியாளர்களை (Markers) *எப்பொழுதும் உங்கள் பக்கத்திலேயே இருக்குமாறு கூறிவிட வேண்டும்.*

அ. தாண்டிக் குதிக்கின்ற மணற்பரப்பை, நன்கு வெட்டிக் கொத்திவிட்டு, சமதளமாக அழகாகக் காட்சி தரும்படி ஆக்கி வைத்திருக்க வேண்டும்.

ஆ. உயரத்தாண்டல், நீளத்தாண்டல், கோலூன்றித் தாண்டல், போன்ற தாண்டும் நிகழ்ச்சிகளுக்கு

ஓடிவரும் தரைப்பகுதியானது, மேடு பள்ளமில்லாத தாக (கூடுமானவரை, சமதளமாக ஆக்கப்பட் டிருக்கின்றதா என்பதைப்) பார்த்துக் கொள்ள வேண் டும்.

இ. நீளத்தாண்டல், மும்முறைத் தாண்டலுக்காக உதவும் 'உதைத்தெழும்பும் பலகைகளை சுத்தமாகத் தெரியும்படி, சுண்ணாம்பு போட்டு வெள்ளை வண்ணத் தோடு வைத்திருக்க வேண்டும்.

ஈ. தட்டெறிதல், இரும்புக் குண்டு எறிதல், இரும்புக் குண்டு வீசி எறிதல் போன்ற போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்குரிய வட்டங்களையும், அவைகளுக் குரிய எறி பரப்புகளையும் (Throwing Sector) தெளி வாகக் கோடிட்டிருக்கின்றனவா என்பதையும் முன்கூட்டியே தயாராகப் பார்த்து வைத்திருக்க வேண்டும்.

இனி, விழாவுக்குத் தேவையான, பொதுவான பொருட்கள் என்னவென்பதையும் எடுத்துத் தயாராக வைத்திருக்க வேண்டும்.

1 வெற்றி எண்களைக் குறித்து வைக்கப் பெரிய கரும்பலகை.

2. அறிவிப்பதற்காக ஒலிபெருக்கிக் குழாய்.

3. தனிப்பட்ட உடலாளரின் வெற்றி எண்களைக் குறிக்கும் பதிவுத்தாள் (Score Sheet)

4. அடியில் வைத்தெழுதும் அட்டை, காகிதம், காகிதக் கவ்விகள் (Pins) பென்சில்கள்.

5. அட்டை (Pad) ஒவ்வொன்றிலும் குறிப்பிட்ட நிகழ்ச்சிகள், அதன் பின்னே, அந்தந்த நிகழ்ச்சிக் குரிய விதிகள் எழுதப்பெற்ற தாள்.

6. வெற்றி எண் குறிப்பாளருக்கு (Scorer) ஒரு மேசை.

7. வெற்றி கேடயங்களையும், பரிசுப் பொருட் களையும் வைக்கின்ற மேசைகள்.

8. உடலாளர்கள் உபயோகத்திற்குரிய விரிப்புகள், கம்பளிகள்.

9. உடலாளர்கள் (சமயத்திற்கு) ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளத் தேவைப்படும்படியான நீண்ட பெஞ்சுகள்.

10. ஓட்டப் பந்தயத்தில் ஓட்ட வரிசை முறையில் 'ஓடும் பாதை'யைத் தேர்ந்தெடுக்கக் குலுக்கல் மூலமாக எடுக்க உதவும் 'எண்கள்'. (அதை அட்டையிலும் எழுதி வட்டமாக வெட்டி எடுக்க லாம், அல்லது கேரம் ஆட்டத்திற்குப் பயன்படும் வடிவமான மரக்காய்களின் மேல் எழுதியும் உபயோகப்படுத்தலாம்.)

11. விதிகளின் புத்தகம்.

12. அதிகாரிகள் அணிகின்ற அடையாள அட்டை (Badge).

13. முதலுதவிப் பெட்டி முதலியன.

மேலே கூறியவைகள் அனைத்தும், ஆங்காங்கே பத்திரமாக வைக்கப் பெற்றிருக்கின்றனவா என்று கண் காணிக்கின்ற பொழுதே விழா நிகழ்ச்சிகளை

நடத்தும் பொறுப்புள்ள அதிகாரிகள் வந்த வண்ண மிருப்பார்கள். அவர்களை, விழா தொடங்குவதற்குக் குறித்த ஒரு மணி நேரத்திற்கு முன்னமேயே, வந்து விடுமாறு கட்டளை கொடுத்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான், அவரவர் ஆற்றவேண்டிய கடமை களைப் பற்றியும், இறுதியாகக் குறிப்புரைகளும், அறிவுரைகளும் தருவதற்கு ஏதுவாக இருக்கும்.

1. நடுவர்கள் (2)

2. ஓட விடுபவர் (1)

3. நேரக்காப்பாளர் (3)

4. முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்கள் (4)

5. கள நிகழ்ச்சிக்குரிய துணை நடுவர்கள் (8)

6. ஓடவிடுபவரின் உதவியாளர்கள் (2)

7. அறிவிப்பாளர் (1)

8 குறிப்பாளர் (1)

இவர்கள் எல்லோரும் வந்துவிட்டார்களா என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். வந்தவர் களுக்கு உடனே, விழாவுக்குரியதென வைத்திருக் கும் அடையாள அட்டையைக் (Bage) கொடுத்து, அணிந்துகொள்ளுமாறு செய்தல் வேண்டும். அப் பொழுதுதான், விழா நிகழ்ச்சிகளை நடத்தும் அதிகாரிகள் யாரென்று விழாக்குழுவினருக்கும் புரியும். பொதுமக்களுக்கும் உடலாளர்களுக்கும் தெரியும்.

இதற்குப் பிறகு உடலாளர்கள் போட்டியிடுதற் குரிய அடையாளமான 'எண்களை' (NUmbers) முன்கூட்டியே, கொடுத்திருந்தால், பரவாயில்லை. இல்லையேல், போட்டியாளர்களின் பயிற்சியாளர் களை அழைத்து, அவர்களிடம் உரிய எண்களையும், அவற்றைப் பனியனில் சரியாக அதிகாரிகளுக்குத் தெளிவாகத் தெரிவதுபோல் தைத்துக் கொள்ளுமாறு குறிப்புத் தருதல் வேண்டும்.

முன்கூட்டியே திட்டமிட்டபடி, நிகழ்ச்சி நிரல் குறிப்புக்களை உடலாளர்களுக்கும், அதிகாரி களுக்கும் கொடுக்க வேண்டும். இன்னும், விழா நிகழ்ச்சிகள் பற்றிய நடைமுறைகளையும், நேரமும், மற்றும் விதிமுறைகள் அடங்கிய குறிப்புக்களையும் தருதல் சிறப்பாகும்.

இதற்குள் அதிகாரிகளும், உடலாளர்களும் விழா நிகழ்ச்சிகள் தொடங்குகின்ற குறித்த நேரத்தில். பந்தயத் திடலில் கூடிவிடுவார்கள்.

அறிவிப்பாளர், உடலாளர்கள் அனைவரையும் அவரவர்கள் குழுவிற்கு ஏற்ப அணிவகுத்து நிற்க வேண்டும் என்று அறிவிக்க வேண்டும்.

எல்லா போட்டிக் குழுக்களும் தங்கள் உடலாளர் களை அணிவகுத்து நிறுத்தியவுடன், அணிவகுப்புத் தொடங்குகிறது. அணிவகுப்பு மரியாதையை ஏற்றுக் கொள்ள முக்கியமான ஒருவர் வரவழைக்கப் பட்டிருப்பார். அந்தக் குழுவுக்குரிய கொடியுடன், குழுவின் தலைவன் முன்னால் வர, அணிவகுப்பு

நடைபெறும். அணிவகுப்பின் மரியாதையை சல்யூட் செய்தபடி, 'விருந்தாளர்' ஏற்றுக்கொள்கிறார்.

எல்லா வீரர்களும் வீரநடை போட்டபடி இவ்வாறு மரியாதை செய்தவுடன், பந்தய விழாத் திடலில் குறித்த இடங்களில் வந்து வரிசையாக நிற்பார்கள்.

வந்து எல்லோரும் வரிசையாக நின்றவுடன், 'இந்த விழாவைத் தவக்கி வைப்பதில் நான் பெருமை யடைகிறேன்' என்று மரியாதையை ஏற்றக் கொண்டவர் மொழிந்து, விழாவைத் துவக்கிவைக்கின்றார். உடலாளர்களும், அதிகாரிகளும் கைதட்டி வரவேற்று மகிழ்கின்றனர்.

பெரிய அளவில் விழா நடந்தால், விழாவுக்குரிய கொடி ஏற்றி வைக்கப்படும். குண்டுகள் முழங்கும். புறாக்கள் பறக்கவிடப்பெறும். எத்தனையாவது ஆண்டு விழா என்ற கணக்கின்படி துப்பாக்கிகள் முழங்கும்.

அதற்குப் பிறகு, பந்தயத் திடலைச் சுற்றி 'பந்தயச் சுடரை' ஏந்திக்கொண்டு ஓர் உடலாளர் ஓடிவந்து' அந்தச் சுடரை ஏற்றி வைக்கின்றார்.

இந்த நிகழ்ச்சி நடைபெற்றதும், விழாக் குழுவினர் முன்கூட்டியே திட்டமிட்டுக் குறித்து வைத்த ஓர் உடலாளர், மேடைக்கு வந்து, விழாவுக் குரிய வீர உறுதிமொழிகளை வாசிப்பார்.

எந்தப் பள்ளி விழா நடத்துகிறதோ அந்தப் பள்ளியின் பெயரை, அல்லது நிறுவனத்தின் பெயரை முதலில் கூறிக்கொள்ள வேண்டும்.

> "........... பள்ளி விளையாட்டுக்களின் பண்பு நிறைப் போட்டிகளில் பங்கு பெறுகின்ற நாங்கள், நடைமுறை விதிகளை மனமார ஏற்று மதித்து, நிறைந்த விருப்போடும் நிலையான உணர்வோடும், பெருந்தன்மையுள்ள உடலாளர்களாக நடந்துகொண்டு, பள்ளியின் பெருமையும், விளையாட்டுக்களின் புகழும் வீறுபெற்று ஓங்கப் போட்டியிடுவோம் என்று உறுதி கூறுகிறோம்."

என உறுதிமொழியை உரத்தக் குரலில் வாசிப்பார். அணி வகுத்து நிற்கும் உடலாளர் அனைவரும் தலையை அசைத்து, மௌனமாக ஆமோதிப்பார்கள்.

அதற்குப் பிறகு, விழாவைத் துவக்கி வைத்தவர், மேடையிலிருந்து இறங்கித் தமது இருப்பிடத்துக்குச் செல்ல, அணி வகுத்து நின்ற உடலாளர்கள் அனைவரும் அமைதியாக அணிவகுப்புடனேயே தங்களுக்குரிய இடங்களுக்கு வீர நடையிட்டுச் செல்வார்கள்.

எல்லோரும் அமைதியாக அவரவர்களது இருப்பிடத்திற்குச் சென்ற உடனேயே, அறிவிப்பாளர்,

நிகழ்ச்சி நிரல் குறிப்பின்படி ஒலிபெருக்கி மூலம் அறிவிக்க வேண்டும்.

அறிவிப்பாளர் (Anouncer): அறிவிப்பாளரின் பணியிலே தான், விழாவின் சுறுசுறுப்பும் விறு விறுப்பும் அடங்கிக் கிடக்கிறது. பொது மக்களுக்கும் பார்வையாளர்களுக்கும், அவ்வப்போது நடக்கின்ற செய்திகளையும், நடக்கப் போகின்ற நிகழ்ச்சி களையும் சுவையாகவும் சுருக்கமாகவும் தெளிவாகவும் கூறி, பார்வையாளர்களைப் பந்தய நிகழ்ச்சிகள் மீதே கண்ணுங் கருத்துமாகவும் ஆர்வமுடன் இருக்கவும் வைக்க வேண்டும்.

உயரத் தாண்டுதல், கோலூன்றித் தாண்டுதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்போது, அதன் உயரம் என்ன, அதிக உயரம் தாண்டுகின்ற உடலாளர் யார், அதற்கு முன்னே உள்ள வெற்றிச் சாதனை என்ன என்பன போன்ற விவரங்களைக் கூறிக் கொண்டே வந்தால்தான் பார்வையாளர்கள் ஆர்வங் குன்றாமல் பார்த்துக் கொண்டு இருப்பார்கள்.

ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியும் குறித்த நேரத்தில் நடைபெறுவதற்கு அறிவிப்பாளரே உதவுகின்றவ ராவார். நிகழ்ச்சியைக் கூறி, அந்நிகழ்ச்சிகளில் பங்கு பெறுகின்ற உடலாளர்களை உடனே வரும்படி அழைப்பது அவரது கடமையாகும்.

இவரோடு தொடர்புடைய இன்னொரு முக்கியமான பொறுப்புள்ள அதிகாரி 'குறிப்பாளர்' (Scorer) ஆவர்.

குறிப்பாளர்: வெற்றி பெறுகின்ற உடலாளர்களின் பெயர்களை எழுதி, அவர்கள் எந்த நிழ்ச்சியில் வெற்றி பெற்றார்கள், அவர்களின் வெற்றிச் சாதனை என்ன என்ற விவரங்களையும் தெளிவாக எழுத வேண்டும்.

வெற்றி வீரராக (Champion) வரக்கூடியவர்களுக்குரிய பதிவுத் தாளை வைத்து அதில் குறித்து, அவரவர் பெற்ற வெற்றியையும் அதற்குரிய வெற்றி எண்களையும் குறித்துத் தயாராக வைத்திருக்க வேண்டும்.

குறிப்பாளர் எழுதி வைக்கும் குறிப்பிலும், பொறுப்பிலுந்தான், விழா நிகழ்ச்சிகளின் இறுதிக் கட்டம் விமரிசையாக நடக்க வாய்ப்பு இருக்கின்றது.

இறுதியாக, அதிகாரிகளுக்கு ஒரு சில முக்கியக் குறிப்புக்கள்.

ஓட்டப் பந்தயமாக இருந்தால், ஓட விடுபவர் உடலாளர்களைத் தயாராக இருக்கச் செய்து விட்டு, வட்டக் குறிப்பாளர்களையும் இன்னும் மற்றவர்களையும் கவனத்துடன் இருக்க செய்த பிறகே ஓட்டப் பந்தய நிகழ்ச்சியைத் தொடங்க வேண்டும்.

ஓட்டப் பந்தயத்தின் தொடக்கத்திற்காக உடலாளர் வந்து நின்ற பிறகு, அவர்களின் உதவியாளர்கள் யாரும் அவர்களுக்கு அருகில் வந்து நின்று கொண்டு அவர்களுக்கு அறிவுரையோ, குறிப்புரையோ எதுவும் தரக்கூடாது. எந்தவிதமான உண்ணும் உணவுப் பொருளோ, அல்லது குடிக்கும்

பானமோ எதையும் ஓட்டப் பந்தயத்தின் நடுவிலே யாரும், எவரிடமிருந்தும் பெறக் கூடாது. இது போன்ற நிகழ்ச்சிகளுக்கு இடந்தராமல் அதிகாரிகள் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கள நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்போதும் சரி, நடந்து முடிந்த பிறகும் சரி, நீளத்தையோ அல்லது உயரத்தையோ அளந்து வைத்திருக்கும் குறிப்பாளரைச் சுற்றி உடலாளர்கள் அல்லது மற்றவர்கள் கூடி தாங்களே ஓர் முடிவினை எடுக்க முயற்சிப்பார்கள்.

இது போன்ற சூழ்நிலைக்கு இடந்தராமலும், வேடிக்கை பார்ப்பவர்களே முடிவினைக் கூற வருகின்ற இக்கட்டான நிலைக்கு விட்டுவிடாமலும், அதிகாரிகளே ஒரு முகமாக முடிவினை எடுக்க வேண்டும். அந்த முடிவும் முடிவானதாக, உறுதி யானதாக அமைய வேண்டும்.

போட்டிற்குரிய பிரிவுகளும் நிகழ்ச்சிகளும்

மாநில அளவில் போட்டிகள் நடக்கின்றன என்றால் அந்த விழாக் குழுவினர், வயதினைக் கொண்டே ஆடவர் (Men) என்றும், இளையோர் (Boys) என்றும் பிரித்து விடுகின்றனர். அதற்கென்று வயது வரம்பையும் வகுத்து விடுகின்றனர்.

பள்ளிகளில் நடக்கின்ற போட்டிகள் என்றால், ஒரு சில இடங்களில், வயதை மட்டும் கணக்கிட்டுப் பிரிக்கின்றனர். இன்னும் சில இடங்களில், வயதையும் உயரத்தையும் சேர்த்துக் கொள்கின்றனர். பல பள்ளிகளில், வயதுடன், உயரத்தை அங்குலமாகவும்,

படையைப் பவுண்டாகவும் கணக்கிட்டுக் கூட்டி மொத்தத்திலிருந்து மாணவர்களின் ஆற்றலைத் தரமாக்கிப் பிரிக்கின்றனர்.

இவ்வாறு மேல் நிலையாளர் (Senior), இள நிலையாளர் (Junior), சிறுவர் (Sub-Jounor) எனப் பிரித்துக் கொண்டு போட்டிகளை நடத்துகின்றனர். இத்தகைய முறைகள் பள்ளிகளில் பயிலும் மாணவர் அனைவரும் போட்டியில் சம ஆற்றலுள்ளவர் களுடன் போட்டி போடவும், வெற்றி பெறவும் போன்ற இனிய சூழ்நிலையைத் தோற்றுவிக்கத்தான்.

ஆகவே, போட்டியிடுபவர்களைப் பிரிக்கப் பயன்படுத்துகின்ற முறையினை, விழாக் குழுவினர் முன்கூட்டியே தீர்மானிக்க வேண்டும். அப் பொழுதுதான் பின்னர் குழப்பம் ஏற்படாமல் தடுக்க முடியும். போட்டியாளர்களைப் பிரித்த பிறகே, அவர்களுக்கென்று என்னென்ன நிகழ்ச்சிகளை வைக்கலாம் என்ற முடிவினைச் செய்ய முடியும். நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றிய முடிவெடுக்கு முன்னர் பள்ளிக்குரிய பந்தயத் திடல், அவர்களுக்குக்கிருக்கின்ற தேவையான விளையாட்டு சாதனங்கள், பொருட்கள், மாணவர்களின் ஆற்றல் அனைத்தையும் ஆராய்ந்தே முடிவு செய்ய வேண்டும்.

மாநில அளவிலும், மற்றும் பெரிய அளவிலும் நடக்கின்ற உடலாண்மைப் போட்டிகளில் வைக்கப் பெறுகின்ற போட்டி நிகழ்ச்சிகளை முதலில் காண்போம்.

ஆடவருக்குரிய நிகழ்ச்சிகள் (Men)

100 மீட்டர் விரைவோட்டம்

200 மீட்டர் "

400 மீட்டர் "

800 மீட்டர் இடைநிலையோட்டம்

1500 மீட்டர் "

5000 மீட்டர் நெட்டோட்டம்

10,000 மீட்டர் "

110 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம்

200 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம்

400 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம்

4 x 100 மீட்டர் தொடரோட்டம்

4 x 200 மீட்டர் தொடரோட்டம்

4 X 400 மீட்டர் தொடரோட்டம்

நீளத்தாண்டல்

முமமுறைத் தாண்டல்

உயரத் தாண்டல்

கோலூன்றித் தாண்டல்

இரும்புக் குண்டு எறிதல்

இரும்புக் குண்ட வீசி எறிதல்

தட்டெறிதல்

வேலெறிதல்

பெண்களுக்குரிய நிகழ்ச்சிகள் (Women)

100 மீட்டர் விரைவோட்டம்

200 மீட்டர் "

400 மீட்டர் "

800 மீட்டர் இடைநிலையோட்டம்

100 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம்

200 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம்

4 x 100 மீட்டர் தொடரோட்டம்

4 x 200 மீட்டர் தொடரோட்டம்

நீளத்தாண்டல்

உயரத் தாண்டல்

இரும்புக் குண்டு எறிதல்

தட்டெறிதல்

வேலெறிதல்

பள்ளிகளிலும், மற்ற நிறுவனங்களிலும் நடத்துகின்ற விளையாட்டு விழாவில், நடத்த வேண்டிய போட்டி நிகழ்ச்சிகளை, அவர்கள் விருப்பத்திற்கேற்ற முறையில், போட்டியில் பங்கேற் கின்றவர்களைக் கொண்டு, அமைத்துக் கொள்ள லாம். ஆனால், அகில உலக விதிகளின்படியே நடத்துகின்ற பெரிய போட்டிகளில் எல்லாம் நிர்ணயிக்கப்பட்டிருந்த போட்டி நிகழ்ச்சிகளையே நடத்த வேண்டும்.

ஒரு சில விழாக்களில், பன்முறைப் போட்டி களில் பங்கு பெறுகின்ற வாய்ப்பினையும் தருகின் றார்கள். அந்த போட்டிகளில், ஒன்று ஐந்து போட்டி களிலும், இன்னொன்றில் பத்துப் போட்டிகளிலும் பங்கு பெற்று, அதிக வெற்றி எண்களைப் பெறு கின்றவரே வெற்றி வீரர் என்ற விருதினைப் பெறவும், வீறுடன் விளங்கவும் செய்கின்றனர்.

ஐந்து நிகழ்ச்சிகள் (Pentatelon) என்றால் நீளத்தாண்டல், வேலெறிதல், 200 மீட்டர் விரை வோட்டம், தட்டெறிதல், 1500 மீட்டர் இடைநிலை ஓட்டம் என்ற ஐந்து நிழச்சிகளிலும் ஒன்றின் பின் ஒன்றாகப் பங்கு கொண்டு, அதிக வெற்றி எண்களைப் பெற வேண்டும்.

பத்து நிகழ்ச்சிகள் (Decathlon)... இந்த பத்து நிகழ்ச்சிகளில் இரண்டு நாட்கள் தொடர்ந்தாற்போல் பங்கு பெற்று, போட்டியிட வேண்டும்.

முதல் நாளில், 100 மீட்டர் விரைவோட்டம், நீளத் தாண்டல், இரும்புக் குண்டெறிதல், உயரத்தாண்டல், 400 மீட்டர் விரைவோட்டம் என்ற போட்டிகளிலும்,

இரண்டாம் நாள், 110 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம், தட்டெறிதல், கோலூன்றித் தாண்டுதல், வேலெறிதல், 1500 மீட்டர் இடைநிலை ஓட்டம் போன்ற நிகழ்ச்சிகளிலும் பங்கு பெற வேண்டும்.

பெண்களுக்கும் பன்முறைப் போட்டி நிகழ்ச் சிகள் உண்டு. அவர்களுக்கும் ஐந்து நிகழ்ச்சிகள். உள்ள போட்டிதான் இருக்கும்.

அவர்களும் முதல் நாள், 100 மீட்டர் தடை தாண்டி ஓட்டம், இரும்புக் குண்டு எறிதல், உயரத் தாண்டல் முதலிய நிகழ்ச்சிகளில் பங்கு பெற்றும்:

இரண்டாம் நாளில், நீளத்தாண்டல், 200 மீட்டர் விரைவோட்டம் முதலியவற்றில் பங்குபெற்றும், அதிக வெற்றி எண்கள் பெற்றும் விருதினைப் பெறுவர்.

பரிசும் சான்றிதழ்களும்

விழா நடைபெறுகின்ற இறுதி நாளின் மாலைப் பொழுதில், விழாவில் கலந்து கொண்டு, தலைமை தாங்கி வெற்றி பெற்றவர்களுக்குப் பரிசினை வழங்குவதற்காக ஒருவரைத் தேர்ந்தெடுத்து. சம்மதம் பெற்று, அவரை வரவழைத்து, இருக்கை தந்து பெருமைப்படுத்துவது விழாக் குழுவினரின் பொறுப் பாகும்.

உடலாண்மைப் போட்டி நிகழ்ச்சிகளின் இறுதிப் போட்டிகள் நடந்து, முடிவு தெரிந்துகொண்டிருக்கும் பொழுதே, வெற்றி பெற்றவர்களின் பெயர்களை, அவர்களுக்குரிய சான்றிதழ்களில் எழுதி வைத்துக் கொண்டிருப்பது மிக முக்கியமான காரியமாகும்.

இதைப்போலவே, முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு, எந்தெந்தப் போட்டிகளுக்கு என்னென்னப் பரிசுகள் என்பதைத் தீர்மானித்து, வாங்கி, அந்தந்தப் பரிசுப் பொருள்களில் நிகழ்ச்சியின் பெயரை ஒரு துண்டுத் தாளில் எழுதி ஒட்டிவிடுவதும் சிறந்ததாகும். அது, கடைசி நேரத்திலே, குழப்பம் வராமல் காக்கும்.

பரிசுப் பொருள் என்றதுமே, என்ன மாதிரிப் பொருட்கள் வாங்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் வருவதும், தடுமாற்றம் நிகழ்வதும் இயல்பே!

முதன் முதலில் ஒலிம்பிக் பந்தயங்களில் கலந்து கொண்டு வெற்றி பெறுவதே புனிதமான காரியம் என்று போற்றப்பட்டது. அதற்கு அடையாளமாக, ஆலிவ் மலரால் ஆன வளையங்களைச் செய்து, தலையில் மலர்க் கிரீடமாகச் சூட்டி மகிழ்வித்தனர்.

பின்னர், களைப்புடன் ஓடி வந்தவர்களைப் பாராட்டி பரிசு தந்தனர் பொதுமக்கள். காலம் மாற மாற, பந்தயங்களில் வெற்றி பெற்றால் பரிசுப்பொருள் பணமாக இருக்க வேண்டும், பயன்படுகின்ற பொருட்களாக இருக்க வேண்டும் என்று போட்டியாளர்களே விரும்பினர்.

அதன் காரணமாக, மலர்க் கிரீடம் மாறியது, வாழக்கைக்கு அதிகம் தேவைப்படுகிற பணம், அழகான பொருட்கள். அடையாளச் சின்னங்கள் (Badges), சான்றிதழ்கள், அங்கங்களில் அணியப் பெறும் ஆபரணங்கள், தங்க நகைகள் முதலியன இடம் பெற்றன.

பிறகு, இன்பத்திற்காகவும், பொழுது போக்குக் காகவும் நடைபெறுகின்ற விளையாட்டு விழாக்கள், சூதாடுமிடம்போல பொருட்களை எதிர்பார்த்து நடக்கக் கூடாது என்ற எதிர்ப்பின் காரணமாக போட்டியிடும் உடலாளர்களைக் கௌரவப்படுத் தும், போட்டியில் கலந்து கொண்டதற்கான ஓர்

அடையாளச் சின்னம்போல, ஏதாவது அதிகம் விலையில்லாத ஆனால், ஓர் தரமான விலையுள்ள தான பதக்கங்களைத் தரலாம் என்றவொரு முடிவுக் கும் வந்தனர்.

அதன்படியே, முதலாவது பரிசுக்குத் தங்கப் பதக்கமும், இரண்டாவது பரிசுக்கு வெள்ளிப் பதக்கமும் மூன்றாவது பரிசுக்கு வெண்கலப் பதக்கமும் கொடுக்கத் தொடங்கினர்.

மற்ற விழாக்களிலே, முன்னாள் ஒலிம்பிக் பந்தயங்களில் வீரர்களுக்கு மது வழங்கிய கோப்பை களின் அமைப்பு போன்ற கோப்பைகளைப் (Cups) பரிசாகத் தரவும் ஆரம்பித்தனர். அந்தப் பழக்கமே இன்று பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும், பொது நிறுவனங்களிலும் பரிசுக் கோப்பைகள் தருகின்ற முறையில் பரவத் தொடங்கியது.

நாளாக நாளாக, ‘வெறும் கோப்பைகள் இளைஞர்களின் வாழ்க்கைக்கு உதவுவதில்லை. வாழ்க்கைக்குப் பயன்படும் பொருட்களை வழங் கினால், அவர்களுக்கு அன்றாட வாழ்க்கைக்கும் உதவும், அவர்களுக்கு மீண்டும் போட்டியிடுகின்ற ஆர்வத்தையும் கொடுக்கும், ஆனந்தத்தையும் அளிக்கும்’ என்று எண்ணி பள்ளி மாணவர்களுக்குப் பரிசுப் பொருட்களான பேனா, சீப்பு, சோப்பு, கண்ணாடி போன்ற பொருட்களை வாங்கிப் பரிசாக அளித்தனர்.

ஆகவே, அத்தகைய நிலை வரவேகூடாது என்பதற்காகத்தான், இத்தனை காரியங்களையும் திட்டமிட்டு, ஆர அமர ஆலோசித்து செய்தபடி, இந்தப் பரிசு தரும் நிகழ்ச்சியும் பக்குவமாக செய்து வைக்க வேண்டும் என்கிறோம்.

விழாவின் இறுதிக் கட்டமும், முயற்சியின் இறுதிக் கட்டம்தானே! ஆக்க வேலையினை ஊக்குவித்தாலும் ஒற்றமையாலும் ஊறு ஏதும் நிகழாமல் நடந்ததற்காக ஒருவரை ஒருவர் பாராட்டிக் கொண்டே, விழா நிகழ்ச்சிகள் பற்றிய விமர்சனத்துடன், வெற்றி பெற்ற விதத்தைப் பெரிதுபடப் பேசி மகிழும் இன்ப நேரமல்லவா அது!

ஆகவே, விழாக் குழுவினர் இத்தனை நிகழ்ச்சிகளையும் தொடர்ந்து நடத்திக் கொண்டிருக்கும் போது கீழே விழுதல், கைகால் பிசகுதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறாமல் இருந்தால் நல்லது. மீறி நடந்தால் முதலுதவி செய்வதற்காக, ஒரு மருத்துவரை வரவழைத்து, வைத்திருப்பது நல்லது. முதலுதவிப் பொருட்களையும் வைத்திருக்க வேண்டியது மிகமிக முக்கியமாகும்.

“பெரும் பொறுப்பும், பேராண்மையும், சீரிய ஒற்றுமையும் சிறப்பான செயலூக்கமும் மனிதர்களுக்குத் தேவை” என்ற உண்மையை உலகுக்கு உணர்த்துவதற்காகவே, உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகள் உருவாயின. அதன் வழியே மக்களினம், தொடர்ந்து விளையாட்டு விழாவை நடத்தி, மாபெரும் மகிழ்ச்சிக்

ஆகவே, அத்தகைய நிலை வரவேகூடாது என்பதற்காகத்தான், இத்தனை காரியங்களையும் திட்டமிட்டு, ஆர அமர ஆலோசித்து செய்தபடி, இந்தப் பரிசு தரும் நிகழ்ச்சியும் பக்குவமாக செய்து வைக்க வேண்டும் என்கிறோம்.

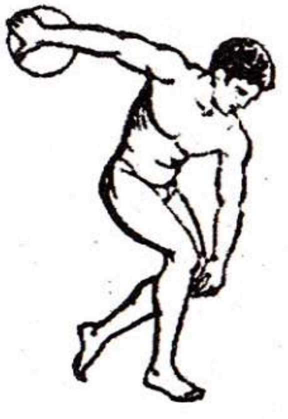
விழாவின் இறுதிக் கட்டமும், முயற்சியின் இறுதிக் கட்டம்தானே! ஆக்க வேலையினை ஊக்கு வித்தாலும் ஒற்றமையாலும் ஊறு ஏதும் நிகழாமல் நடந்ததற்காக ஒருவரை ஒருவர் பாராட்டிக் கொண்டே, விழா நிகழ்ச்சிகள் பற்றிய விமர்சனத் துடன், வெற்றி பெற்ற விதத்தைப் பெரிதுபடப் பேசி மகிழும் இன்ப நேரமல்லவா அது!

ஆகவே, விழாக் குழுவினர் இத்தனை நிகழ்ச்சி களையும் தொடர்ந்து நடத்திக் கொண்டிருக்கும் போது கீழே விழுதல், கைகால் பிசகுதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறாமல் இருந்தால் நல்லது. மீறி நடந்தால் முதலுதவி செய்வதற்காக, ஒரு மருத்து வரை வரவழைத்து, வைத்திருப்பது நல்லது. முதலு தவிப் பொருட்களையும் வைத்திருக்க வேண்டியது மிகமிக முக்கியமாகும்.

“பெரும் பொறுப்பும், பேராண்மையும், சீரிய ஒற்றுமையும் சிறப்பான செயலூக்கமும் மனிதர் களுக்குத் தேவை” என்ற உண்மையை உலகுக்கு உணர்த்துவதற்காகவே, உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகள் உருவாயின. அதன் வழியே மக்களினம், தொடர்ந்து விளையாட்டு விழாவை நடத்தி, மாபெரும் மகிழ்ச்சிக்

கடலில் குளித்து, மகிழ்ந்து உலா வருகின்ற காட்சியைப் பார்க்கும்போது, "விளையாட்டு விழா வெறும் களிப்பூட்டும் விழா மட்டுமல்ல, மக்களுக்கு உழைப்பூட்டும் விழா, உணர்வூட்டும் விழா, வீரம் ஊட்டும் விழா" என்ற வெற்றிச் சேதியை பாருக்குப் பறைசாற்றுகின்ற பெருமையைக் கண்டும் கேட்டும், உணர்ந்தும் உணர்த்தியும் மகிழ்கின்றோம்.

பெற்ற இன்பத்தில் பெரிதும் மகிழ்வோம். பிறருக்கும் வழங்கி பேரானந்தத்துடன் வாழ்வோம்.



கலைச் சொற்கள்

Amateur - பொழுது போக்குப் போட்டியாளர்
Announcer - அறிவிப்பாளர்
Athlete - உடலாளர்
Athletic Events - உடலாண்மை நிகழ்ச்சிகள்
Baten - குறுந்தடி
Chief Referee - தலைமை நடுவர்
Competitor - போட்டியாளர்
Clip - கவ்வி (அல்லது) பிடிப்பான்
Cross bar - குறுக்குக் குச்சி
Curve - வளைவுப் பாதை
Decision - முடிவு
Discus Throw - தட்டெறிதல்
Dive - முக்குளித்தல்
Entry Form - பதிவுத்தாள்
Exchange - கை மாற்றுதல்
Fault - தவறு (வாய்ப்பிழத்தல்)
Final - இறுதி
Finishing Line - முடிவெல்லைக் கோடு
Field Event - கள நிகழ்ச்சி
Foul - தவறு
Games Committee - பொதுக்குழு
Grip - பிடிப்பு
Ground - தரை (களம்)

Hammev Throw - இரும்புக் குண்டுவீசி எறிதல்
Heat - ஓட்ட வரிசை முறை
High Jump - உயரத் தாண்டல்
Hop Step & Jump - மும்முறைத் தாண்டல்
Hurdles - தடைகள்
Junior - இளநிலையாளர்
Judges At the Finish - முடிவெல்லைத் துணை நடுவர்கள்
Jury of Appeal - நீதிக்குழு
Lane - ஓடும் பாதை
Lap Scorer - வட்டக் குறிப்பாளர்
Long Jump - நீளத் தாண்டல்
Long Distance Race - நெட்டோட்டம்
Manager - மேலாளர்
Marshal - மைதாளத் தலைவர்
Official - அதிகாரி
On Your Marks - உங்கள் இடத்திலே நில்லுங்கள்
Physical Education - உடலியற் கல்வி
Pit - மணற்பரப்பு
Pole vault - கோலூன்றித் தாண்டல்
Point - வெற்றி எண்
Play Ground - ஆடு களம்
Protest - எதிர்ப்பு மனு
Publicity Committee - விளம்பரக்குழு
Record - வெற்றிச் சாதனை
Recorder - சாதனைக் குறிப்பாளர்
Referee - நடுவர்
Relay Race - தொடரோட்டம்

Senior - மேல் நிலையாளர்
Set - தயார் நிலை
Secretary - செயலர்
Sprint - விரைவோட்டம்
Spike - பந்தயக் காலணி
Shot put - இரும்புக் குண்டு எறிதல்
Stand - தாங்கி
Starter - ஓட விடுபவர்
Starting Block - ஓட உதவும் சாதனம்
Steel Tape - தகட்டாலான அளவை நாடா
Starting Line - தொடக்கக் கோடு
Stop Board - தடைப் பலகை
Sub-Junior - சிறுவர்
Take off Borad - உதைத்தெழும் பலகை
Team - குழு
Technical Manager- நுண்ணியல் மேலாளர்
Tie - சமநிலை
Throw - எறி
Time keeper - நேரக் காப்பாளர்
Track - பந்தயப் பாதை
Track Event - ஓட்டப் பந்தயங்கள்
Track Suit - விளையாட்டுடை
Turn - வாய்ப்பு முறை
Vaulting Box - கோலூன்றும் பெட்டி
Umpire - துணை நடுவர்

விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?

டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா

M.A., M.P.Ed., Ph.D., D.Litt., D.Ed., FUWAI

எஸ்.எஸ் பப்ளிகேஷன்

S.S. PUBLICATION
8, Police Quarters Road,
T. Nagar, Chennai - 600 017.
Phone: 044-24332696
Email: ss_publication@yahoo.co.in